The background of the entire page is a photograph of two basketball players in action. One player, wearing a white jersey with the number 12, is jumping towards the basket. The other player, wearing a red jersey, is also jumping, attempting to block the shot. A basketball is suspended in the air above the hoop. The scene is set in a gymnasium with a dark background.

Instituto Superior de Cultura Física  
"Manuel Fajardo"

*Pinar del Río*

**Tesis** Presentada en opción al Título Académico de  
Master en Metodología del Entrenamiento

*Título:* Alternativa para el Entrenamiento  
de la Transición Defensiva con  
Jugadores de Baloncesto en  
edades Formativas

*Autor:* Lic. Fermín Arteaga Crespo

*Tutor:* Msc. Pedro A. Martínez

*Consultantes:*

✓ Msc. Rosa M. Tabares  
Arévalo

2003

Año de los Gloriosos Aniversarios de Martí y del Moncada

# Agradecimiento

- A.** Pedro A. Martínez Hernández , principal colaborador
- A.** Rosa María Tabares Arévalo, colaboradora abnegada.
- A.** Pedro J. Castel Medina, amigo siempre dispuesto.
- A.** Jorge Mario Hernández, Ayudante inseparable.
- A.** Rigoberto Reinier Pereda Parapáz, Ayudante infatigable.

# Dedicatoria:

- A. Mi madre Panchita.
- A. Mi esposa Liuba.
- A. A mi hijo Yordan, mi digno seguidor.
- A. A mi hija Yunaimi “La niña de mis ojos”.
- A. Mis hermanos: Pedrito, Berto, Rosa, Mary, Alina, y al gran Leony.
- A. Mis atletas de siempre.
- A. Todos mis colegas, en especial a Radio Álvarez (yayo).
- A. Mis amigos y amigas.



***Nos preparamos para ser mejores.  
¡Porque vamos a competir con los mejores!***

**U.P.A.E.P**

# Índice:

<u>Orden</u>	<u>Págs.</u>
<b>Introducción</b>	1
.....	
<b>Capítulo # 1:</b>	8
Diagnóstico.....	10
1.1.Criterios de	12
Entrenadores.....	
1.2. Manifestaciones de los	
jugadores.....	
<b>Capítulo # 2: Fundamentos</b>	17
Teóricos.....	17
2.1. Definición de	19
términos.....	23
2.2. La Acción Táctica en el	25
juego.....	29
2.3. La Ofensiva en el	29
Baloncesto.....	
2.4. La Defensiva en el	30
Baloncesto.....	31
2.4.1. Importancia de la Transición	31
Defensiva.....	32
2.4.2. La Transición Defensiva después de tiro	32
anotado.....	
2.4.3. Transición Defensiva durante saque lateral y saque de	
fondo en la zona defensiva de los jugadores que inician el	

ataque.....	
2.4.4. La Transición Defensiva durante un salto entre dos.....	
2.4.5. La Transición Defensiva cuando un balón es interceptado.....	
2.4.6. La Transición Defensiva durante tiro libre fallado.....	
2.4.7. La Transición Defensiva después de un tiro de campo fallado.....	
<b>Capítulo # 3:</b> Alternativa para el entrenamiento de la transición defensiva durante tiro de campo fallado.....	34
3.1. Criterios expresados por diferentes expertos acerca del sistema de acciones elaborado.....	34
3.2. Áreas de actuación y responsabilidad de los jugadores durante la Transición Defensiva.....	35
3.3. Sistema de Acciones para el entrenamiento de la Transición Defensiva durante tiro de campo fallado.....	42
<b>Capítulo # 4:</b>	50
Experimento.....	50
.....	51
4.1. Aplicación del sistema de acciones.....	
4.2. Análisis de los Resultados.....	

.....	
Conclusiones.....	59
.....	
Recomendaciones.....	60
.....	
Referencia	61
Bibliográfica.....	
.....	
Bibliografía.....	65
.....	
Anexos.....	73
.....	

# Resumen

En el baloncesto la transición ataque-defensa siempre ha sido motivo de reflexión para los entrenadores y jugadores, llegando a constituir un problema la aplicación de esta durante tiro de campo fallado, pues no se logra fácilmente un equilibrio en relación al ataque.

Nuestro trabajo brinda la posibilidad de lograr ese tan necesario equilibrio entre la ofensiva y la defensiva, a partir de una alternativa cuya base es un sistema de acciones, donde los jugadores tendrán una mayor responsabilidad y comunicación motriz en su interacción de acuerdo a sus funciones en el equipo que representan.

Los métodos utilizados permitieron demostrar que la alternativa planteada ofrece un mayor rendimiento en relación al accionar utilizado por los jugadores del equipo 15 y 16 años del sexo masculino de la EIDE “Ormani Arenado” de Pinar del Río.



# INTRODUCCIÓN

El baloncesto deporte que surgió debido a una necesidad social provocada por las manifestaciones de la naturaleza, sustentadas estas por las grandes nevadas que imposibilitaban la practica del deporte al aire libre haciendo necesaria la búsqueda de una actividad que fuese movida y vigorosa ,que a la misma vez pudiese practicarse bajo techo y en un espacio reducido, teniendo como importancia vital que no tuviese la rudeza del fútbol y mantuviese la motivación del estudiantado por la práctica del mismo; este constituyó una novedad desde su origen resultando uno de los deportes que por su dinámica ganó rápidamente gran cantidad de adeptos para su práctica; se puede decir que desde el instante en que fue lanzado el balón se encendió la llama que abriría las perspectivas del desarrollo y evolución del juego.

Su creador James Naismith , desde el mismo inicio tuvo una visión clara sobre la importancia que adquiriría la práctica del baloncesto, es por ello que buscado darle un carácter organizado que cumpliese con la finalidad del juego, dicta el 15 de enero de 1892 las primeras 13 reglas dirigidas fundamentalmente a brindar un JUEGO LIMPIO que a su vez permitiese una adecuada preparación física y el desarrollo de las habilidades en los practicantes.

Durante el período de evolución de 1892 hasta 1950 se sucedieron modificaciones a las primeras trece reglas, producto al desarrollo de los medios, modos y formas de conducir el juego, experimentándose los cambios más positivos a raíz del primer campeonato mundial masculino (Argentina-1950) donde se trató de equiparar el accionar táctico ofensivo con el defensivo, pues desde esa época era evidente la ventaja en el ataque producto a la utilización de los hombres altos en el área cercana al aro lo cual frenaba la dinámica y emoción de este juego por lo que se pone en práctica la regla de los tres y treinta segundos respectivamente entre otras modificaciones las que influyeron positivamente en la actividad para el desarrollo del juego tanto a la ofensiva como a la defensiva.

Nat Hallman un prestigioso entrenador con más de 30 años de experiencia en colegios universitarios planteó: "Que las bases sobre las que está fundado el

baloncesto, son hoy también fundamentales. Entre los jugadores al igual que entre los espectadores, la popularidad proporciona al juego más destreza que fuerza, coordinación de todo el equipo y es entonces cuando un jugador puede manifestar su propia iniciativa, como velocidad en los traslados, maestría en el pase y exactitud en el tiro".

Lo planteado anteriormente tiene vigencia en la actualidad, criterio que compartimos pues las bases iniciales del juego de baloncesto son las mismas ya que a pesar de la búsqueda de nuevas tácticas y metodologías por parte de los entrenadores cada una de ellas se sustentan sobre el objetivo fundamental por el cual se rige este deporte .

La continua evolución y desarrollo científico-técnico alcanzado por la practica del baloncesto a nivel mundial provoca constantes modificaciones señalando como más significativas las realizadas a finales de la década del 90 e inicios de la década del 2000 entre las que se encuentra la regla de los ocho segundos y veinticuatro segundos que sustituyeron a las reglas de los diez segundos y treinta segundos tiempo del que disponen los jugadores en acción de ataque para pasar el balón desde la zona defensiva hasta la zona ofensiva, así como el tiempo del que disponen los jugadores en acción de ataque para tirar al aro respectivamente que fuera establecido por la Federación Internacional de Baloncesto, lo que ha provocado un aumento de ritmo del juego, es decir todo se ejecuta más rápido con relación a ciclos anteriores convirtiéndose en un juego más espectacular aun. Como es lógico al presentarse estas modificaciones en el reglamento han traído consigo que el proceso de entrenamiento haya adquirido nuevos matices acercándonos cada vez más a la dinámica adecuada en que se desenvuelve el mismo.

Si debemos afirmar que todo deporte necesita de un tratamiento metodológico que permita el desarrollo en el accionar técnico-táctico de los jugadores adaptado a las características y situaciones cambiantes que se presentan en la realidad objetiva del juego de manera que se prepare a los jugadores para enfrentar esas realidades en el ámbito competitivo y es el baloncesto precisamente un ejemplo palpable de todos estos acontecimientos.

En nuestro deporte son muchos los especialistas dedicados a la obra de enriquecer cada vez más el accionar técnico-táctico del juego, además se cuenta con gran cantidad de literatura que permite a los entrenadores y jugadores profundizar los

conocimientos; sin embargo son las clínicas y los seminarios prácticos los que más aportan y actualizan en tal sentido.

### ¿Qué contenidos han sido predominantes?

Los contenidos tratados han sido:

- Variantes defensivas
- Rompimiento rápido
- Ataque de posición
- Ofensiva de transición
- Situaciones especiales
- Fundamentos técnicos ofensivos y defensivos

Cada temática abordada ha sido validada objetivamente por los entrenadores que transmiten las experiencias constatadas en la realidad práctica a nivel nacional e internacional, durante la preparación de jugadores en fase de formación y de alto nivel.

### ¿Qué nos resultó curioso?

Al analizar la literatura consultada, más los aportes brindados en las clínicas y seminarios prácticos corroboramos que existe una fase del juego tratada de manera superficial que es la TRANSICION DEFENSIVA al ser interceptado el balón o al perderlo durante tiro al aro fallado, fase esta de importancia vital, máxime en estos tiempos en que se hacen más vigentes los criterios planteados por algunos autores entre ellos Dragomir Kirkov y Pedro Luis de la Paz Rodríguez, donde enfatizan que: "La principal fuerza motriz de la táctica del juego, la constituye la lucha entre la ofensiva y la defensiva". Esto nos da como resultado la preparación táctica en dos direcciones.

1. Ataque de cabeza a cabeza (de aro a aro)
2. Defensa de cabeza a cabeza (de aro a aro)

### ¿Cómo ha sido tratada esta fase del juego?

Haciendo historia del tema, el tratamiento indicado al perderse el balón específicamente durante tiro de cancha fallado, ha tenido fundamentalmente una dirección de trabajo físico, orientada a cambiar rápido o regresar rápido a defender en el menor tiempo posible, a situarse cerca del aro defensivo y a partir de ese momento marcar personal o zonal, lo que ha traído consigo un trabajo generalizado por los entrenadores en que lo importante ha sido no demorar en reaccionar, aspecto este importante pero no el único. Hemos visto además como se le orienta a los jugadores lanzarse al rebote ofensivo e ir al balance defensivo; pero esto solo a través de una inducción en que se les indica un Por ciento (%) de responsabilidad a unos jugadores para el rebote ofensivo y a otros para ocuparse del balance defensivo y a partir de aquí regresar a situarse cerca del aro, donde el termino " balance defensivo" se toma como lo más común quedando en un marco teórico, en que se trata de parar al contrario con balón cuando intentan hacer contraataque como primera ofensiva cuando es eminente la pérdida del balón mientras el resto tratará de llegar a situarse y aplicar la defensa pre establecida como respuesta a la fase ATAQUE-DEFENSA

Esta es la forma en que se ha ido enfrentando esta situación generalmente, al parecer con ella se han resuelto los problemas que ocasionados; claro que no todos los equipos de baloncesto se apoyan en el juego rápido al ataque y aún aquellos en que su principal arma ha sido el rompimiento rápido, no la han utilizado constantemente por lo que de cierta manera ha provocado acostumbrar a los jugadores a manotear al contrario que se apodera del rebote y retirarse atrás donde es posible el control del ataque, dado precisamente porque este se produce lento.

La presencia de modificaciones en el reglamento que mencionamos anteriormente han provocado que todos los equipos de baloncesto en el mundo tengan que jugar mas rápido. Estos cambios han sido esperado por lo que la transición defensiva es un tema con concepciones mas profundas en que en algunos entrenadores ha ido incorporando su dedicación, específicamente a nivel internacional como muestra elocuente de preocupación y ocupación, es decir, que conciben que es este un momento en que se debe meditar al respecto.

A partir del tratamiento que se le ha dado a esta fase del juego nos percatamos que se hace cada vez más necesario organizar las acciones de los jugadores sobre la base del razonamiento lógico ante las situaciones cambiantes del ataque en que los cinco jugadores actúen en correspondencia desde el instante en que se produce el

tiro al aro, con responsabilidades bien marcadas para unos jugadores desde que el balón está en el aire y para otros desde la eminente pérdida del balón en constante accionar defensivo en todo el terreno de juego.

Podemos decir que el tratamiento de la transición defensiva teniendo en cuenta la dinámica actual del juego ocupa un lugar trascendental durante la preparación del baloncestista, pues esta permitirá un control más eficiente sobre el juego ofensivo de los contrario con dirección táctica más definida.

Entonces es nuestro criterio al igual que el de otros entrenadores de alto nivel competitivo como son: Miguel Calderón( 1 ), Miguel del Río( 2 ), Ernesto Díaz( 3 ), Daniel Escott( 4 ), Pat Riley( 5 ), Bobby Knight( 6 ), entre otros que durante el entrenamiento de la transición defensiva debe tenerse presente los siguientes principios:

1. Cambio rápido de ataque a defensa.
2. Responsabilidades para cada jugador.
3. Comunicación motriz entre los cinco jugadores en todo el terreno.
4. Estricto cumplimiento de las indicaciones del profesor para los jugadores en fase de formación.
5. Razonamiento lógico de las acciones con respuestas adaptadas a las situaciones cambiantes de la ofensiva.

La aplicación de los principios mencionados durante el entrenamiento de la transición defensiva permitirá una dinámica defensiva acorde con la dinámica ofensiva que se utiliza en la actualidad, específicamente durante tiro fallado el cual constituye uno de los momentos mas difíciles y complejos en la lucha contra el contrario en los cuales se precisa que se profundice más.

### **¿Por qué planteamos lo anterior**

La transición defensiva durante tiro fallado exige de acciones más rápidas, mayor complejidad y una cohesión adecuada de los jugadores en lo que respecta a sus responsabilidades y táctica a seguir, producto a la continuidad de las acciones, resultando este uno de los momentos donde más se evidencia la ventaja del ataque sobre la defensa, ya que la psiquis de todos los jugadores que pasan a la ofensiva esta mas estimulada que la de los defensores antes un tiro fallado que tiende a desmotivar el accionar defensivo; además cuando el balón se encuentra en el aire los cinco jugadores que se encuentran en la defensa en ese instante están disponibles a

ganar el rebote y atacar, mientras que los jugadores que se encontraban a la ofensiva deben concentrarse en ir al rebote unos, mientras otros se ocuparán del balance dividiendo sus fuerzas durante un lapso de tiempo que es el aprovechado por los cinco contrarios.

Es de destacar que la finalidad del juego de baloncesto, en particular el estímulo de anotar, incita a los jugadores aprovechar al máximo el cambio al ataque con la mayor fluidez posible, no resultando de esa manera cuando le corresponde el cambio a la defensa; es decir, le gusta atacar, atacar, atacar, por lo que los cambios de razonamiento a la ofensiva se ven favorecidos durante el paso de una fase a la otra, pero esa parte interesante que es defender constituye una situación problemática a resolver sobre la base de **¿Cómo mejorar el rendimiento del equipo durante la transición defensiva después de tiro fallado en edades formativas?** correspondiendo a los preparadores de baloncesto inducirla, estimularla utilizando para ello formas o métodos de trabajo favorables a la situación planteada.

Lo expresado y sumando a ello la experiencia acumulada como entrenador, nos permitió profundizar y reflexionar sobre el tema referente a la Transición Defensiva y su realidad actual planteándonos para ello en nuestra investigación que **si se utiliza la Alternativa propuesta (sistema de acciones) para el Entrenamiento de la Transición Defensiva durante tiro fallado , entonces mejorara el rendimiento del equipo 15-16 años masculino de la EIDE de Pinar del Río durante esa fase de juego.**

Para ello nos trazamos el siguiente objetivo:

- Validar el sistema de acciones propuesto para el entrenamiento de la transición defensiva en edades formativas.**

Apoyándonos para ello en el cumplimiento de diferentes tareas como:

- ❖ Estudio inicial del problema.
- ❖ Amplia revisión bibliográfica sobre la temática en cuestión.
- ❖ Elaboración del sistema de acciones encaminado al entrenamiento de la transición defensiva después de tiro fallado.
- ❖ Aplicación del sistema de acciones encaminado al entrenamiento de la transición defensiva después de tiro fallado

- ❖ Comparar la alternativa o sistema de acciones aplicado en relación a la forma tradicional (otras acciones) utilizada anteriormente.
- ❖ Valorar el rendimiento del equipo durante la transición defensiva después de tiro fallado.

Utilizando para ello diferentes métodos investigativos, entre ellos :

### **MÉTODOS TEÓRICOS:**

- ❖ Histórico-Lógico: para analizar el comportamiento de la problemática en función de la evolución que ha tenido el baloncesto en el contexto actual.
- ❖ Inductivo-Deductivo: para determinar la incidencia que tiene la utilización del sistema de acciones en el desarrollo del juego defensivo.
- ❖ Análisis y Síntesis: para analizar el accionar de los jugadores en relación con su posición y funciones dentro del equipo a la defensa acorde a los diferentes sucesos ofensivos que se dan en el transcurso del juego por parte de los contrarios.

### **MÉTODOS EMPÍRICOS:**

- ❖ La observación: se realizó de forma encubierta no estructurada y estructurada (ver anexos No. 2 y 3) con lo que se logró determinar el desarrollo y efectividad del juego a la defensa en relación con el accionar de los jugadores a la ofensiva.
- ❖ La entrevista: para conocer el criterio de los entrenadores sobre el entrenamiento de la transición defensiva en las edades formativas.
- ❖ Método de expertos: para conocer el criterio de entrenadores experimentados sobre la alternativa planteada , con el objetivo de perfeccionar y validar el sistema de acciones planteado.
- ❖ Experimento: se realizó de tipo sucesional proyectado teniendo como muestra el equipo 15 –16 años del sexo masculino de la EIDE Ormani Arenado, para evaluar la eficacia del sistema de acciones en relación con la forma tradicional de trabajo a la defensa.
- ❖ Procesamientos estadísticos matemáticos a través del programa computarizado STATISTIC que nos permitió utilizar los siguientes elementos.
  1. Cálculo de porcentos ( %)
  2. Cálculo de promedios
  3. Cálculo de desviación típica (S) para hallar la dispersión promedio de los datos.
  4. Aplicación de dosimas de hipótesis, para comprobar si existió diferencias significativas entre las medias y los porcentos.

- Diferencias de medias
- Diferencias de porcentos.



# CAPITULO # 1

## Diagnóstico

La transición defensiva representa un momento en que el desequilibrio ataque - defensa se agudiza. Sabemos que en especial el cambio de ofensiva a defensiva ha sido una problemática que los entrenadores hemos tenido que enfrentar. Con los nuevos cambios de reglas pues se ha acentuado el desequilibrio antes mencionado constituyendo una realidad que todos tenemos que aceptar.

Esta fase del juego siempre ha sido preocupante para nosotros, mostrando interés durante la preparación de las jugadoras pinareñas, pues aunque se habla del balance defensivo de uno o de dos jugadores y el regreso rápido del resto de los jugadores a situarse cerca del aro, en lo particular vemos ese momento de transición como una actuación mucho mas importante y exigente para los cinco jugadores de cada equipo que debe tener un tratamiento especial, independientemente de la forma que se hagan los ajustes defensivos al emplear la defensa básica.

Es bueno señalar en este capitulo que la influencia y el tratamiento ofensivo ha prevalecido, específicamente el rompimiento y el juego de transición los cuales unidos al tiro al aro son utilizados frecuentemente en la preparación.( posteriormente probaremos este planteamiento ). Además se invierte tiempo en el ataque de posición el cual en estos tiempo adquiere un carácter continuo, sin embargo esta parte tan importante apenas ha sido tratada en la literatura y entrenada superficial mente en los entrenamientos, brindándosele atención máxima a la defensa de posición o básica.

Nos hemos apoyado sistemáticamente en la observaciones realizadas a partidos de baloncesto desde escolares hasta primera categoría y liga superior, directamente desde la sala de juego, pero también con observaciones a videos, específicamente de liga superior a partir del año 1995 las que tomamos como auto preparación y forma eficaz de superación para el estudio de cada fase del juego tanto a la ofensiva como a la defensiva fundamentalmente el momento del cambio de ataque a defensa.

Nos percatamos al observar el desempeño concentrado en cuatro equipos de los mejores jugadores de Cuba como máxima expresión de nuestro baloncesto que sobresale ventajosamente en continuo ataque, todos los jugadores al apoderarse del balón inician el ataque rápido, en la mayoría de los casos bien organizados, e incluso un juego continuo; con fallas en el momento de decisión, pero acorde a las funciones de los cinco jugadores prevaleciendo la ofensiva de transición e que aprovechan al máximo la anticipación de forma continua provocando trastornos defensivos a todo lo largo del terreno. Muchos lanzamientos se efectuaban contra la defensa desorganizada o en pleno momento de organización. Naturalmente esto obedecía quizás a indisciplina táctica o al mal aprovechamiento del tiempo existente entre la pérdida del balón al tirar al aro específicamente y el querer aplicar una defensa basca ( zonal o personal ) pues se observaba como los jugadores la mayoría del tiempo del juego transitaban por el centro del terreno, en ocasiones obstaculizaban al contrario con balón y trotaban hacia atrás. En otros casos manoteaban y se viraban a emprender una carrera de velocidad entre todos para llegar al área de restricción, donde se volteaban a ejecutar la defensa personal principalmente o la defensa zonal permitiendo la llegada organizada de los contrarios y hasta tiros fáciles al aro sin que sucediese un sacrificio defensivo.

Sin lugar a dudas el juego ofensivo en toda su magnitud es favorecido por la literatura y dedicación existente pero no así en la conversión ataque defensa.

La inquietud básica y el hecho de investigar el comportamiento de la transición defensiva de nuestros jugadores y el tratamiento a seguir para la misma parte desde las observaciones realizadas, pero se consolida a partir del año 2000 en que el juego aún se hace mas dinámico, convencidos de que el cambio del ataque a la defensa de nuestros jugadores carece de un razonamiento lógico de las funciones tácticas y mucho menos el de impedir el razonamiento táctico que aparece con el ataque.

### ¿ Qué hicimos ?

Entonces intensificamos las observaciones y el análisis de las grabaciones con las que contábamos desde 1995 hasta 1999, llegando a convencernos de que el problema venia desde la base, es decir, desde la preparación de los jugadores en

edades formativas, que las manifestaciones de los principales jugadores de Cuba reflejadas en sus actuaciones en tantos juegos de "Liga Superior " era el resultado de lo que estaban aprendiendo los muchachos en edades escolares.

A partir de esta base nos dedicamos a observar de forma encubierta la preparación de los escolares de la EIDE" Ormani Arenado " centradas específicamente a los microciclos ordinarios y de modelaje competitivo ubicadas al final de la etapa especial, en los que seguramente se entrenarían los aspectos técnicos tácticos de grupos y de equipo como forma de conducir el juego en el campeonato nacional escolar.

Pudimos apreciar el accionar de los jugadores con su momento óptimo donde prevalecieron sesiones de entrenamientos dedicados al rompimiento rápido específico después de rebote durante tiro de cancha, a la ofensiva de transición acompañada de un jugador continuo dificultándose muy bien las funciones y combinaciones de los cinco jugadores, es decir, una incorporación al ataque sobresaliente. También se observó el trabajo de la defensa de equipo personal y zonal así como combinada, esto siempre después de canasta o dividiendo el terreno para practicar una defensa posicional contra un ataque de posición. También pero con un mensaje mas bien físico, el cambio de ataque a defensiva en que lo importante era reaccionar rápido y correr atrás a ocupar la zona o en busca de un contrario establecido, en un mensaje ocasionalmente de enviar jugadores al balance defensivo en espera de los atacantes al fallar un tiro al aro, estableciendo la defensa básica. De esta misma manera obstaculizan al anotar un gol. Era evidente de que se carecía de un razonamiento táctico empleando la función de los jugadores de manera que impidiesen el razonamiento táctico del atacante.

Nos quedaba entonces observar y analizar el comportamiento de la transición defensiva después de tiro fallado por parte de los diferentes equipos que participaron en los juegos escolares nacionales del año 2000, para poder corroborar nuestra preocupación y las causas que lo originan.

### 1.1. Criterios de Entrenadores

No obstante estimamos conveniente entrevistar a los entrenadores principales de la categoría 15 y 16 años (M y F) de todas las provincias que participaron en dichos juegos ( ver anexo No.1). La primera referencia que obtuvimos de estos

entrenadores es que presentan experiencia de trabajo suficiente, reflejada en los 15 años promedio, que nos permitió establecer un juicio a cerca de los conocimientos que poseían en tal sentido.

Al hacer mención a la transición defensiva, todos están conscientes de que es una fase importante dentro del juego de baloncesto, pues esta propicia un equilibrio entre la ofensiva y la defensiva, sin embargo en el momento de explicar como trabajar la transición defensiva se pudo detectar que solo centran el mismo, en el cambio rápido de la ofensiva a la defensiva, sin expresar una organización y función a cada uno de los jugadores, explicando que para ello los máximos responsables son los jugadores bases, eludiendo las responsabilidades que deben tener los demás jugadores del equipo.

Otro de los aspectos a señalar por parte de los entrenadores, es que en su gran mayoría confían en la forma que utilizan para el entrenamiento en la transición defensiva. Al analizar sus criterios en cuanto a la forma de trabajo, nos percatamos que solo trabajan el primer momento de la transición defensiva la cual se denomina como balance defensivo, con lo cual ellos nos reafirman que el entrenamiento empleado no se ajusta a la dinámica actual del juego.

Al hacer referencia a los momentos del juego en que se pone de manifiesto la transición defensiva si están conscientes de que son varios los momentos, enfatizando en que los de mayor dificultad son los que se producen durante una intersección del balón y durante tiro fallado, planteando que debido a la dinámica del juego en esta categoría resulta difícil a los jugadores organizar su accionar a la defensa.

Por ultimo debemos resaltar que según sus planteamientos, que esta temática dentro de la bibliografía es muy poco tratada, por lo que se precisa de una mayor orientación en tal sentido y sobre todo de esta fase del juego para estas edades.

A partir de los resultados obtenidos en la entrevista realizada a los entrenadores quisimos constatar en la realidad objetiva ( juegos de competencia) a través de las observaciones, el comportamiento de dicha fase de juego durante tiro de campo fallado.

## 1.2. Manifestaciones de los Jugadores

Los indicadores seleccionados para estructurar la observación fueron delimitados a partir de las experiencias acumuladas durante las observaciones a juegos grabados y juegos directos en la sala, a los jugadores que representan el baloncesto élite de Cuba, así como las experiencias personales como entrenador, específicamente con escolares.( ANEXO No.2)

Teniendo esto definido centramos las observaciones a 30 juegos ( 15 y 16 años del sexo masculino ) que representaron el 60% del total en que participaron los jugadores de cada provincia presente, para comprobar la actuación de los escolares en el momento en que el accionar técnico táctico debe mostrarse en estado óptimo.

Lo más común fue que todos los jugadores esperaban hasta percatarse de haber perdido el balón, para después voltearse a tratar de aplicar la defensa personal descuidando el aro defensivo, así como las zonas claves para el rompimiento rápido y la ofensiva de transición; es decir, que el 63% de las ocasiones en que los contrarios se apoderaban del balón durante el rebote, utilizaban esa forma de trabajo reflejada en las 328 ocasiones. El 27% equivalente a 140 veces en que se perdía el balón bajo el aro producto del tiro fallado, los jugadores de nivel escolar (entre 15 y 16 años) utilizaban un supuesto balance defensivo, pues uno o dos de ellos corrían atrás a esperar por los contrarios, mientras que el resto intentaba carrera mirando los sucesos o una llegada tardía, precipitada y desorientada detrás de los contrarios. El resto de veces (52), es decir, el 10% utilizaban movimientos variados sin definición táctica marcada; es decir, algunos corrían desorganizadamente y en una misma dirección dejando espacios claros para el avance de los contrarios y otros hacían algo para enfrentar al jugador con balón. (Tabla # 1)

### Comportamiento de los jugadores.

Tabla # 1

<u>Formas utilizadas</u>	<u>Primer período</u>	<u>Segundo período y tiempos extras</u>	<u>To tal</u>	<u>%</u>
Volteándose todos a utilizar la defensa personal	158	170	328	63
Supuestos jugadores al balance defensivo	68	72	140	27
Movimientos sin definición clara	25	27	52	10
Total de Acciones	251	269	520	100

Al voltearse los jugadores tratando de defender personal (marcaje individual), solo un 10% de las veces pudieron impedir que el balón cruzara la línea central, mientras que el 85% de los intentos de los contrarios lograba cruzar la línea central, a pesar de los intentos de presionar. Como muestra de insuficiencia en el accionar ante esa situación de juego, solo el 15% de los balones que llegaban a la zona de ataque pudieron ser controlados; mientras el 85% de los intentos los contrarios lograban finalizar con tiro al aro de forma continuada, es decir, sin tener que enfrentar una defensa organizada.(Tabla #2)

Comportamiento cuando todos los jugadores se volteaban tratando de defender personal

Tabla # 2

<u>Indicadores</u>		<u>Primer Período</u>	<u>Segundo período y tiempos extras</u>	<u>Total</u>	<u>%</u>
Balones que no lograron cruzar la línea central.		17	16	33	10
Balones que lograron cruzar la línea central.	Controlados por la defensa.	20	22	42	15
	Finalizar on con tiro de forma continua.	114	123	237	85
	Sub.-total.	134	145	279	85
Sucesos independientes a la defensa.		7	9	16	5
Intentos.		158	170	328	100

Cuando los jugadores utilizan un supuesto balance defensivo (Tabla # 3) pudieron superar un poco al caso anterior, al permitir que el balón cruzara menos veces la línea central, pero cuando analizamos los balones que lograron finalizar con tiro al aro de forma continua, (88%) producto del mal control de las acciones de los contrarios, nos percatamos fácilmente que el balance funcionaba de forma ocasional; pero que el accionar necesario para enfrentar los planteamientos de los contrarios no se producía, pues solo fueron capaces de controlar un 12%.

Comportamiento de los jugadores al utilizar un supuesto balance defensivo.

Tabla # 3

<u>Indicadores</u>		<u>Primer Período</u>	<u>Segundo período y tiempos extras</u>	<u>Total</u>	<u>%</u>
Balones que no lograron cruzar la línea central.		10	12	22	16
Balones que lograron cruzar la línea central.	Controlados por la defensa.	6	7	13	12
	Finalizar on con tiro de forma continua.	50	49	99	88
	Sub.-total.	56	56	112	80
Sucesos independientes a la defensa.		2	4	6	4
Intentos.		68	72	140	100

En la tabla # 4 mostramos las veces en que los jugadores al perder el balón utilizaban los movimientos sin definición clara, cuyo comportamiento fue similar a los casos anteriores, diferenciándose solamente en el 20% de balones que una vez cruzada la línea central, pudieron ser controlados.



Comportamiento de los jugadores al utilizar movimientos sin una clara definición.

Tabla # 4.

<u>Indicadores</u>		<u>Primer Período</u>	<u>Segundo período</u> y <u>tiempos extras</u>	<u>Total</u>	<u>%</u>
Balones que no lograron cruzar la línea central.		3	5	8	15
Balones que lograron cruzar la línea central.	Controla dos por la defensa.	4	5	9	20
	Finalizar on con tiro de forma continua.	18	16	34	80
	Sub.-total.	22	21	43	83
Sucesos independientes a la defensa.		-	1	1	2
Intentos.		25	27	52	100

A partir de estas observaciones, quedó claro que el accionar de los jugadores no ofrece respuestas que permitan mejor balance entre el ataque y la defensa ante la situación de juego tratada, no tienen bien definida , ni precisada la forma a utilizar frente a esa problemática, donde prevalece el juego continuo sobre el juego de posición en estas edades, pero mas aún el “correr el balón” como táctica fundamental, reflejado esto en que entre el 80% y el 85% de las veces, la bola logra cruzar la línea central, pero mas preocupante aún es que entre el 80% y el 88% de veces logran finalizar con tiro al aro de forma continua; lo que demostró que la respuesta brindada a la transición defensiva durante tiro fallado no logra resolver la dinámica actual del juego para estas edades, evidenciándose aún más

la necesidad de buscar alternativas de trabajo para el entrenamiento de la transición defensiva.

## Capítulo # 2

### **Fundamentos Teóricos**

#### **2.1. Definición de términos**

➤ **Transición:** Cambios de razonamiento, pasó de una fase a la otra. Acción y efecto de pasar de un modo a otro, acción de pasar de un estado a otro, paso más o menos rápido de un lugar a otro, paso de un estilo a otro, cambio repentino, etc.

Específicamente en baloncesto, ese término se emplea para describir el paso de una situación del juego como es la defensa, a otra bien distinta que es el ataque o viceversa. Una conversión ataque- defensa o defensa- ataque.

➤ **Transición ofensiva en el baloncesto:** Movimientos controlados por parte de los cinco jugadores desde la posesión del balón, con la finalidad de subir la cancha atenuando la oposición de los contrarios, buscando ventaja en tiempo y espacio para lograr una canasta. Suele utilizarse como recurso ante la imposibilidad de realizar un contraataque primario, resultando como la fase anterior al ataque de posesión; muy utilizada en el juego actual. Esto significa pasar de un estilo de ataque a otro, de una forma de actuar a otra.

➤ **Transición defensiva en el baloncesto:** Movimientos controlados por los cinco jugadores cuando dejan de poseer el balón por una u otra razón, utilizando cambios lógicos del razonamiento que les permitan oponerse a la dinámica ofensiva de los contrarios. Su manifestación más representativa la encontramos durante tiro de cancha fallado.

➤ **Balance defensivo:** Equilibrio que se busca entre el ataque y la defensa. Para lograr esto se asignan jugadores que deben adoptar posiciones de retaguardia al perder el balón. Su máxima expresión ocurre durante un lanzamiento al aro, momento este en que unos se preparan para disputar un rebote ofensivo, mientras otros se

preparan para cuidar el aro defensivo. Con estos movimientos se inicia la transición defensiva (balance defensivo).

- **Posesiones productivas:** Las veces que los jugadores logran hacerse del balón por el buen desempeño de las acciones en fase de transición defensiva.
- **Perdida ocasional o por sucesos ocasionales e independientes:** cuando los contrarios pierden posesión del balón, sin que la defensa los haya provocado.
- **Intentos controlados por la defensa:** Cuando el accionar defensivo en fase de transición, contiene el ataque de los contrarios, interrumpiendo su continuidad, obligándoles a jugar de posición. En ese momento pueden ocurrir posesiones de balón y tiro al aro.
- **Intentos controlados por falta defensiva:** Cuando a pesar de utilizarse estos casos, se logra contener el ataque obligándoles a sacar y posterior mente a ello la defensa logra apoderarse del balón, o tomar posesión.
- **Intentos que finalizaron con tiro de forma continua:** Aquellos casos en que el accionar en fase de transición no lograron contener y mucho menos controlar el accionar ofensivo. Los contrarios finalizaban con tiro sacando ventaja territorial, numérica o ante un marcaje desorganizado.
- **Contraataque, ofensiva rápida o rompimiento rápido:** Respuesta ofensiva veloz frente al avance de rival; es decir, responder lo mas rápido posible con acciones efectivas, las acciones defensivas del equipo oponente.
- **Remolque:** Se le denomina de esa forma al jugador o jugadores que complementan el contraataque. Aquel que rompe desde atrás de balón, es decir, que viene desde atrás. Jugador que toma el rebote o que realiza el saque de fondo. El ultimo en llegar al aro rival.
- **Zona de decisión:** Cuando el jugador que conduce el balón en fase de desarrollo durante el contraataque cruza la línea central. A partir de ese momento decidirá de que manera se conecta con la fase final e ese contraataque.
- **Sistema:** Combinación de partes reunidas para obtener un resultado o formar un conjunto: Sistema nervioso, sistema planetario. Modo de organización. Conjunto de principios reunidos entre si.
- **Acción:** Efecto de hacer (acto, actividad, hecho). Operación o impresión de cualquier agente en el paciente, acción química, acción de un veneno. Postura. Ademan, movimientos y gestos de un orador, un actor, un atleta. Posibilidad de hacer

alguna cosa y especial mente de acometer o de defenderse. Fuerza con que un cuerpo obra sobre otro.

## **2.2. La acción táctica en el juego**

El objeto de estudio en que centramos este trabajo lo constituye la preparación táctica definida como uno de los componentes que se deben desarrollar en los entrenamientos deportivos.

"El comportamiento táctico de un deportista en una competencia se ha convertido, con el alto nivel de rendimiento actual en un factor determinante del rendimiento que puede ser importante para el triunfo o para la derrota" Harre (7, Pág. 282).

Compartimos el criterio de muchos autores, en que la táctica es el arte de conducir la lucha deportiva contra el o los contrario; esto es necesario en todos los deportes, pero que resulta fundamental en los juegos deportivos donde requiere una instantánea comprensión de la situación, entendimiento entre los compañeros de equipo y una rápida utilización de ricas experiencias.

"El arte táctico ingenia los deportistas y equipos permitiéndoles no solo utilizar racionalmente su técnica deportiva, su preparación física y moral – volitiva, sino sus conocimientos y experiencias en los enfrentamientos con los contrarios y bajo diversas condiciones." Ozolin. (8, Pág. 148).

En la actualidad, la victoria en los grandes eventos internacionales esta condicionada por la madurez del arte táctico, pues la preparación técnica y la preparación física se encuentra aproximadamente en los mismos niveles.

La preparación táctica constituye una dirección del entrenamiento deportivo, en esto coincidimos con el Dr. Armando Forteza de la Rosa, la cual es fundamental. Esta dirección se manifiesta en la conducción de la competición, designado por todos los medios que se toman antes y durante la competencia para capacitar al jugador o atleta para conducir el encuentro bajo condiciones optimas.

La conducción de un evento deportivo, básicamente los juegos deportivos está dado por todas las acciones que ejecuta el jugador desde el comienzo asta el final del encuentro para alcanzar resultados óptimos o el triunfo que en definitiva es su objetivo.

Mediante el accionar táctico de los jugadores se busca el éxito, se debe ejecutar de acuerdo con los conocimientos tácticos reforzados por la preparación teórica, las habilidades técnicas, la condición física, las propiedades de la voluntad y otros componentes. La acción táctica en el juego tiene como esencia, resolver de forma práctica y respetando la reglamentación en vigor, un gran número de problemas planteados por las diversas y múltiples situaciones del juego, esta solución debe ser a las veces rápida y deliberada y debe aspirar al mayor éxito posible de la actividad global. (Esencial para el resultado de un equipo).

“El hecho de resolver mediante la acción los problemas en situación de juego, obliga frecuentemente a ordenar con discernimiento la situación problemática y la solución y conduce al jugador a conocimientos subjetivamente nuevos. Hablando en otros términos, un pensamiento productivo se expresa en la acción táctica de los jugadores”. Friedrich Mahlo (9, Pág. 60).

Precisamente la práctica colectiva exige siempre de un pensamiento productivo, creador pues lo caracteriza la variabilidad en el accionar. Es necesario que esta práctica sea sistemática, pues enriquece el pensamiento del jugador, permitiendo que se acumulen experiencias que van aumentando el arsenal táctico de manera que puedan responder sobre la base de lo conocido resolver correctamente las situaciones que se van dando.

Para que esto se logre es fundamental que la preparación táctica se desarrolle desde las edades formativas sistemáticamente confabulándolos con los parámetros esenciales que permiten la conducción del juego, definidos por José Hernández Moreno (10) como: La comunicación, la técnica, el espacio, el tiempo, las reglas y la estrategia motriz.

Con la relación técnica, táctica, espacio y las reglas puede llevarse a cabo el juego; sin embargo compartimos con José Hernández Moreno que en los deportes colectivos la comunicación motriz es básica, pues las relaciones que se producen entre los diferentes jugadores de un mismo equipo harán posible el cumplimiento del objetivo de esa interacción motriz.

Se debe tener en cuenta que en la comunicación se distinguen dos formas que son el reflejo del desenvolvimiento de nuestro deporte, las cuales están relacionadas con la llamada comunicación motriz misma (la relación de los jugadores a la ofensiva) y la contra comunicación motriz (la relación de los jugadores a la defensiva).

La elección de lo que se va hacer entra en el campo de la estrategia motriz, la que pertenece por entero al jugador y es necesaria para el desarrollo de la acción del juego de baloncesto donde la presencia de los adversarios es fundamental, predominando la conducta de decisión sobre la de ejecución; claro para ello el jugador debe conocer la realidad del juego y analizar cada situación para actuar en consonancia con el "aquí y ahora", se hace necesario un alto desarrollo del comportamiento estratégico tanto del jugador de forma individual, como de forma colectiva destacándose dentro de este la conducta a seguir, dada por los roles y subroles.

Las experiencias acumuladas así como la noción del juego servirán para que antes de determinadas situaciones los jugadores decidan su actuación, todo dentro de la lógica del juego pues se trata de que el jugador decida si: ¡pasa o no pasa!, ¡si corta o no corta!, ¡si le sale al contrario en posición de larga distancia o si cuida al jugador del interior!, etc. Todas estas actuaciones están en el contexto del juego de baloncesto, pero queremos dejar claro que esto no significa que para cada fase o ciclo del juego el jugador no tenga bien marcada su función, su responsabilidad ante todo, pues precisamente debido al gran caudal de conocimientos técnico-táctico y a la continuidad de las acciones, donde se destaca un ritmo cada vez más acelerado de ejecución por parte de los jugadores; en la utilización de los mismos se aplican métodos que permitan relacionar con eficiencia las situaciones percibidas y las soluciones correspondientes (soluciones asociativas).

"Las asociaciones mentales entre las situaciones percibidas y las soluciones correspondientes representan en la actividad concreta del juego el medio más rápido de resolver mental y conscientemente de modo práctico las diversas situaciones. Estas soluciones asociativas de problemas tácticos no reemplazan de ningún modo un comportamiento táctico creador, todo lo contrario y esta forma se delimitan a fases individuales y colectivas que respondan a los intereses acorde a los sucesos estructurales y característicos del juego de forma particular. Lo típico de estas soluciones asociativas en una situación de juego desde un punto de vista táctico, es lo que la separa del equilibrio táctico. Esto es utilizado sobre todo en los puntos débiles que deben ser descubiertos en una situación global (la del equipo adversario y la del propio equipo), es a partir de ello que los jugadores podrán resolver correctamente por asociaciones los problemas planteados. Por lo tanto es necesario

para educar estas soluciones asociativas a partir de una situación de desarrollo del sistema táctico de ataque o de defensa, un momento de equilibrio del mismo y desarrollar sucesivamente ejercicios teóricos y prácticos, todo un sistema de soluciones asociativas". Friedrich Mahlo (11, Pages. 89-93)

Es importante señalar que las soluciones asociativas de los jugadores en las diversas posiciones formen un todo conveniente, que todos los jugadores acojan la misma acción colectiva para resolver la situación dada y que acoplen sus acciones individuales a la misma.

"La formación táctica obedece a seis principios metodológicos fundamentales". Friedrich Mahlo (12, Págs. 119- 124).

1. El principio de la sistematización.
2. El principio del carácter alterno que debe tener el entrenamiento del comportamiento táctico.
3. El principio de la unidad de la formación táctica elemental y la formación táctica compleja.
4. El principio de la formación táctica-teórica y de la formación táctica-práctica.
5. El principio de la síntesis óptima de la inducción y la deducción.
6. El principio de la unidad de la formación táctica individual y de la formación táctica colectiva.

El estudio y entrenamiento de las acciones tácticas en el baloncesto como juego de cooperación y oposición , es decir donde existen la colaboración entre unos para oponerse a otros que a su vez colaboran entre si, teniendo como fin anotar en el aro del contrario e impedir que anoten en el nuestro, se realiza en dos direcciones, (ofensiva y defensiva) la que a su vez se fragmenta comenzando por el estudio y el entrenamiento de las acciones individuales que crean las bases para el estudio y el entrenamiento de las acciones de grupo que a su vez garantizan el desenvolvimiento de las acciones de equipos.

El entrenamiento de las acciones individuales a principio es dedicado a las acciones defensivas, utilizando un trabajo individual en que las funciones de los jugadores se van definiendo con el avance de los años y con la adquisición de experiencias acumuladas. El entrenamiento de las acciones individuales defensivas se van incorporando para hacerse conjuntamente, tan pronto se considere conveniente.

La base de las acciones de grupo la constituyen la cooperación entre dos y tres jugadores tanto a la ofensiva como a la defensiva entrenando en base a esquemas elementales de colocación de los jugadores y sus desplazamientos correspondientes; en este momento se van incorporando reglas y principios propios del juego de baloncesto con un orden encadenados en los cuales la atención debe centrarse en que los jugadores comprendan el orden y las funciones de los demás jugadores.

"En el entrenamiento de las acciones de equipos es preciso crear a principios los hábitos de las acciones correspondientes al sistema ofensivos de posición y con él trabajando paralelamente en las variantes de ofensiva rápida. El entrenamiento de la defensa comienza con la defensa personal con sus variantes. El sistema de defensa por zona y sus variantes es necesario incorporar un poco mas avanzada la preparación". Dragomir V. Kirkov (13, Pág. 386).

Agregamos al planteamiento anterior el entrenamiento de la ofensiva de transición, la transición defensiva y las defensas combinadas.

Claro que todo esto se recomienda específicamente para jugadores que se inician y hasta en toda la fase formativa. Para jugadores de alto nivel se determinan según las necesidades y estrategia propuesta.

Este trabajo de equipo se complementa con el entrenamiento del ataque contra una defensa determinada y viceversa así como la práctica de situaciones especiales (salto entre dos, saque lateral y de fondo en zona de ataque, etc.) y todo sobre la base de la forma actual del juego que se hace cada vez mas continuo.

### **2.3. La ofensiva en el baloncesto**

El estudio y entrenamiento de la ofensiva resulta ser mas motivado para los jugadores, facilitando el proceso por parte de los entrenadores quienes aprovechan esto para utilizar durante mas tiempo en cada sesión el entrenamiento de las acciones ofensiva, a esto agregamos la utilización del tiro como acción esencial del juego.

El juego ofensivo actual se destaca como habíamos comentado por el constante rompimiento y el juego de transición, en busca de un tiro de larga distancia fundamentalmente, unido a la combinación del juego interior-juego exterior; es por ello que son muchos autores, específicamente entrenadores que transmiten sus experiencia al respecto; les mencionamos algunos que destaca sobre manera el juego de rompimiento rápido y la transición, son ellos: Yoe Betancourt



(14, Págs. 45-52), Alessandro Gamba(15), Pedro Alfonso(16), José Ramírez(17), Valerio Bianchini(18), Loyola(19), Iñaki Rofoyo(20), Pat Riley(21), Mario Bussini(22). Estos coinciden y comentan sobre los puntos básicos para organizar ese trabajo.

Destacan la posibilidad de jugar con un receptor cuando se dispone de un excelente manejador del balón, el cual debe ser la extensión del entrenador en el terreno; en caso contrario utilizar dos receptores o la posibilidad de romper corriendo el balón por todo el lateral del terreno empleando entre dos y tres pases.

Destacan el aprovechamiento del tiempo haciendo la ofensiva rápida de un pase o de dos pases largos como principal táctica para aprovechar al máximo el final primario planteado por el receptor, dos jugadores por los laterales y la llegada casi simultánea del primer remolque en que la primera opción sería una bandeja y la segunda opción un pase interior al poste bajo.

Todos coinciden en que al no resultar esto acudir al final secundario – transición, como forma continuada que ya viene organizada con el nacimiento del rompimiento la cual debe ser aprovechada en tomar a la defensa desorganizada para un pase interior y su relación con el juego exterior así como la inversión de la bola; para ello generalmente los entrenadores ubican dos jugadores dentro ( uno abajo y otro bien arriba) y tres en el perímetro; a partir de ese momento aplicar reglas y principios ya establecidos, destacándose entre ellos, el pasar y cortar, relación poste alto con poste bajo, ( cuando uno recibe el balón el otro corta) corte desde el lado contrario hacia la bola, bloqueo directo del poste alto, bloqueo indirecto (ciego ) del poste bajo, sobre carga, etc. Todo esto relacionado además con estradas o jugadas especiales o la aplicación de patrones ofensivos bien marcados.

Lo importante en el juego de transición está en que los atacantes llegan en una posición habitual la cual puede encontrar a la defensa formada pero raramente organizada (tanto en individual como en zona).

Lo más común en las edades formativas, en especial en Cuba es la utilización constante del rompimiento rápido con el aprovechamiento al máximo del final primario así como el final secundario así como un juego libre con acciones continuas sobre la base de reglas preestablecidas.

Existe una gran desventaja o inconveniente al utilizar el juego de transición pues se corre el riesgo de que al hacerlo habitualmente los jugadores jueguen pensando en la transición y no en el contraataque.

Respecto al estudio y entrenamiento de la defensa, son varios los criterios a analizar.

## **2.4. La defensiva en el baloncesto**

"El entrenamiento de la defensa es muy importante, aunque teóricamente se le dedique menos tiempo. El 50% del partido los jugadores están en defensa, un 10% los jugadores están con el balón y el 40% restante se encuentran intentando recibirlo." John Killila. (23, Págs. 20-23).

Manolo Coloma (24) da gran importancia a la defensa, habla sobre conceder una parte importante en los entrenamientos. No cree conveniente hablar sobre porcentajes de tiempo, ya que claramente el ataque necesita más, sobre todo al contabilizar las sesiones de tiros. En su opinión lo importante del tiempo de entrenamiento que se dedica a la defensa es la "calidad del trabajo". El trabajo en defensa debe ser siempre ejecutado con gran intensidad y con el organismo en buenas condiciones.

"Los hábitos individuales de un buen juego defensivo no son excesivamente difíciles, pudiendo adquirirlos cualquier jugador medio. Pero es mas difícil generalmente convencer a los jugadores de la importancia de estos movimientos en los entrenamientos, sin embargo el entrenador debe subrayar su importancia. Un equipo en que los jugadores dominen bien la técnica defensiva individual, jugará siempre con éxito. Si un jugador ha asimilado por completo los principios defensivos se adaptará a cualquier tipo de defensa". F. Lindberg. (25, Pág. 57).

F. Lindberg(26,Pág.75), Pat Riley ( 27 ), Bobby Night( 28 ), Alessandro Gamba ( 29 ), entre otros evalúan la calidad del jugador por el sacrificio defensivo que muestre el mismo dentro del terreno; además una gran parte de su filosofía, está acentuada en que " una defensa segura es el mejor ataque".

Nosotros creemos que cada uno de estos planteamientos encierran dentro de si, el gran significado del trabajo defensivo para el desarrollo del juego de baloncesto, con lo cual reafirmamos que dentro todo el proceso de entrenamiento que se lleva a cabo con un quipo se le dé la prioridad e importancia adecuada que conlleva la palabra " defensa".

El trabajo de la defensa lleva implícita diferentes variantes (personal, zonal, pressin) pero es el cambio de ofensiva a defensiva su punto mas neurálgico.

“No se concibe que un equipo tenga éxito en la defensa sino domina el cambio rápido de la ofensiva a la defensiva. Cada jugador debe saber con exactitud y prontitud cual es su función y que debe hacer en cada momento de la defensa. Además para que este cambio rápido sea efectivo, los jugadores deben tener presente los siguientes principios." Pedro Luis de la Paz Rodríguez (30, Pág. 73).

- a. Cada jugador debe conocer con exactitud lo que debe hacer en caso de que su equipo pierda la bola.
- b. Los jugadores deben cumplir las indicaciones del entrenador al realizar las acciones de acuerdo a la táctica adoptada.
- c. El jugador debe observar en todo momento por sobre el hombro, durante el retroceso, la ubicación del hombre que gardea.
- d. Al perder el control del balón, debe intentar recuperarlo tan pronto como le sea posible.
- e. Debe incrementarse la cooperación entre los defensas, como una forma eficaz de anular la ofensiva del equipo atacante.

En el libro: Baloncesto la " ofensiva ", dicho autor habla sobre la actitud de los jugadores al enfrentar una ofensiva rápida; es decir, lo que deben hacer estos cada vez que los contrarios utilizan el contraataque. Ante tal situación hace referencia a que lo primero es garantizar el equilibrio defensivo, lograr durante el ataque de posición que haya entre uno o dos jugadores en la última línea. Se debe prever con antelación el lugar y las vías por donde se producirá el rompimiento rápido del contrario. Habla además sobre las oportunidades o situaciones en que se pueden producir ofensivas rápidas, proponiendo que debe ser detenida en su origen, esto después que el equipo contrario se haya apoderado del balón. Para ello atacar agresivamente al jugador con balón para evitar el primer pase, obligarlo a driblar hacia la esquina o lograr un balón retenido, de manera que si esto se hace eficazmente y se logra detener o demorar el ataque unos segundos, se habrá logrado el éxito, permitiendo que los restantes jugadores ocupen sus zonas o cubran a sus oponentes.

“La capacidad de pasar rápidamente del ataque a la defensa es una de las principales condiciones para un buen juego defensivo; pero a menudo se desdeña sin tener en cuenta que solo uno o dos pasos del jugador pueden desviar un enceste o impedir una rápida penetración. Todos deben saber su lugar en el ataque y en el

momento en que el adversario se haga con el balón o el jugador adivine su pérdida, de atacantes deben convertirse rápidamente en defensas".Lindberg.( 31 , Pág. 79).Al comentar sobre el paso del ataque a la defensa, también agrega la necesidad de que unos determinados jugadores se sitúen al lado del tablero contrario para rematar el balón, cogerlo al salir del aro así como pasar a defender; de manera que el paso a la defensa y el movimiento rápido asía la retaguardia deben llegar a ser automáticos.

El entrenador Dick Versace (32), desea que su equipo juegue muy bien a la conversión, tanto ofensiva como defensiva; insistiendo en que se busquen soluciones donde los cinco hombres actúen corta los contrarios. Habla Vesace sobre algunas reglas que se deben seguir:

1. Todos los jugadores deben pararse debajo de la línea de la bola.
2. Parar la bola.
3. Superioridad en el cambio.
4. Ayuda temprana.

Plantea además como muy importante cumplir con la primera regla, pues la bola cambia de línea rápidamente durante el juego; en caso contrario será imposible respetar el resto de las reglas.

Comenta además sobre la posibilidad de un segundo tiro, al ganar el rebote ofensivo es decir, enfrascarse por un rebote tras un tiro al arrozal producirse la recuperación del balón por los contrarios, si estos inician un rompimiento rápido uno de los defensores deberá parar el drible, mientras el resto se sitúa debajo de la línea cerrando cada uno a su oponente (marcaje personal).

Para nosotros es importante que los jugadores no esperen por la pérdida del balón para comenzar la fase de transición y que siempre estén preparados para enfrentar un contraataque sobre todo en las edades formativas.

Según Obradovic (33) tres jugadores deben estar preparados para el rebote ofensivo y dos jugadores dispuestos para el balance defensivo; se saca ventaja de entrada en carrera del jugador numero tres sobre todo si tiene capacidad reboteadora.

Otra opción muy utilizada según el propio Obradovic es que el jugador que tira vaya por su rebote, ya que es él quien mejor puede saber si va a fallar o no, si va a quedar corto o largo.

Para nosotros es muy importante y provechosa la entrada en carrera al rebote del número tres sobre todo cuando este se encuentra del lado contrario. Este debe

lanzarse al rebote incluso después de acción de tiro, no queremos que los jugadores numero uno y numero dos se lancen al rebote es decir, se preocuparan siempre por el balance ofensivo, solo en caso de una colada lucharan por el balón debajo del aro.

José Grabiél Alemany, (34) entre sus comentarios hace mención en que el tirador después de seguir la trayectoria del balón vaya al balance defensivo, mientras el alero en el lado de la ayuda entra en carrera al rebote ofensivo entrando con fuerza desde la espalda de la defensa. Para él, jugador en la posición de base debe estar preparado para realizar balance defensivo.

Según Aito García Reneses, (35) a partir de que los contrarios después de un lanzamiento del equipo a la ofensiva, saquen de fondo o hayan logrado el rebote defensivo y se organicen; se producen una serie de situaciones defensivas que es necesario entrenar, haciendo referencia a algunas premisas a considerar:

1. Rebote y balance
2. Responsabilidades
3. Desventaja
4. Cerrar rebote
5. Señalar
6. Uno contra Uno en carrera
7. Tres contra tres con ayuda y recuperación

Propone trabajar para conseguir el rebote de ataque o para realizar el balance defensivo. Para lograrlo menciona normas en que los jugadores vayan o no al rebote, para ello tener en cuenta el tipo de jugador. Según su opinión, lo normal es que jugadores #4 y #5 de los rebotes que es produzcan, participen el 90%, el jugador #3 un 60% y ya el jugador #2 un 20% y el jugador #1 un 10%.

Aconseja además que los jugadores al regreso a la defensa comprendan que:

- ◆ Deben recuperar lo más pronto posible la posición defensiva.
- ◆ No dejar nunca claramente (solo un instante) la superioridad.
- ◆ Los jugadores deben ajustarse ordenadamente a los atacantes que se encuentran más cerca de nuestra canasta e indicar a quien voy a defender.
- ◆ No se deja de defender hasta que se recupere el balón o nos anoten canasta.

El entrenador Josep Coll (36, Pág. 14) comenta sobre los años que lleva tratando de que los jugadores en categorías inferiores puedan llegar a ejecutar con éxito la

defensa individual presionante, durante la conversión defensiva, fundamentalmente en toda la cancha.

A pesar de los resultados que ha tenido utilizando esta táctica, destaca que por el afán de presionar después del ataque los jóvenes se adelantan, descuidando involuntariamente el balance defensivo, con lo que es corre el riesgo de facilitar el contraataque rival, por lo cual a través de la utilización de un trabajo psicológico y mediante la utilización de ejercicios en situación de juego irá adaptando a los atletas a realizar una ejecución en la defensa acorde al planteamiento ofensivo del contrario; es decir, un auto control en su accionar que permita un ritmo adecuado de todos los jugadores en el partido.

#### **2.4.1. Importancia de la transición defensiva**

Teniendo en cuenta los criterios anteriormente expuestos por los autores mencionados podemos llegar al consexo, de todos coinciden en que esta fase del juego es vital para poder lograr resultados eficaces en lo que a la defensa se refiere; si debemos plantear que muchos de ellos se quedan en el campo teórico o simplemente proponen ejercicios con vista al cambio rápido de la ofensiva a la defensiva y no llegan a complementar una función determinada y organizada para cada uno de los jugadores al producirse este cambio.

De hecho, al llevar todo este comportamiento táctico a la práctica debe realizarse sobre la base de las características de los jugadores, posibilitando que ellos interioricen la gran importancia de la función que tienen en ese momento del juego, pues estará en juego impedir que los contrarios se organicen.

La transición defensiva está implícita dentro de un gran ciclo del juego que lo componen la ofensiva y la defensiva, esta permite el control de los jugadores a la ofensiva de forma continuada, creando bases para el apoderamiento del balón, poner a los contrarios en situaciones difíciles y enlazar el funcionamiento de patrones defensivos que se establecen, pues durante el ciclo defensivo pueden aparecer pausas arbitrales, (característico en edades formativas) así como un ataque demorado (en menor proporción).

### **2.4.2. La transición defensiva después de tiro anotado**

Durante ese momento del juego lo más usual es la conversión o cambio de ataque a defensa; pensamos que en esto el funcionamiento estará encaminado en ocupar rápidamente la posición defensiva, aplicar automáticamente la defensa acordada.

Es favorable desde el punto de vista anímico para los jugadores el cambio de razonamiento pues el anotar el gol les sirve de estímulo, además el tiempo que utiliza el contrario en controlar el saque, el otro lo emplea en ubicar sus jugadores a la defensa observándose un equilibrio estable, máxime cuando se conoce permanentemente el lugar del saque que será desde la línea de fondo.

Los jugadores al cambiar no pueden descuidar sus funciones, sobre todo hacerlo a velocidad pues lo más usual es el juego controlado de la ofensiva para avanzar el balón a lo largo del terreno.

Aunque este momento a penas es mencionado, por ser menos complejo el razonamiento en un inicio, pensamos que no se debe descuidar; este se encuentra dentro del gran ciclo del juego. Lo más prudente es prever su entrenamiento en cada sesión de trabajo.

Consideramos que se debe retomar algunas de las reglas que propone el entrenador Versace, (32) como son: estar situado todos los jugadores debajo de la línea de la bola, parar la bola y tener superioridad en el momento del cambio, así como los principios que proponen Pedro Luis de la Paz (30, Pág. 73) descritos en los incisos b, c y d anteriormente mencionados cuando hicimos referencia a sus planteamientos durante el cambio rápido de ofensiva a defensiva.

Es muy común ver ante esta situación la utilización de la defensa presionante, fundamentalmente durante tiro libre anotado; es decir, un cambio rápido específicamente de los jugadores que se encuentran disputando el rebote del balón en el tablero y una anticipación marcada por aquellos que se encuentran en el balance defensivo.

### **2.4.3. Transición defensiva durante saque lateral y de fondo en la zona defensiva de los jugadores que inician el ataque.**

Aquí predomina el cambio del ataque a la defensa es decir, lo importante es el razonamiento defensivo acorde a la táctica que se quiere emplear, incluso este es un

momento en que los jugadores disponen de mayor tiempo para ubicarse y acoplar los ajustes defensivos. Pensamos que esto debe tomarse como aspecto importante durante la preparación, de manera que los jugadores reconozcan la duración de la pausa que se da en estos casos y como emplear ese tiempo del cual deponen. Su funcionamiento es similar al accionar después de tiro anotado, diferenciándose precisamente por esa pausa dada ya que el balón es controlado por el árbitro.

#### **2.4.4. La transición defensiva durante un salto entre dos**

Este es un momento muy especial en que producto a las nuevas modificaciones solo se dará durante el juego en ocasiones bien marcadas, por tanto entendemos que debe cuidarse con justa atención, pues precisamente por las pocas veces que sucederá e incluso conociendo el momento en que se aplican en cada partido, (inicios de cada período de juego) debe prepararse un balance defensivo conjugado con un paso rápido de una fase a otra.

Sobre esta situación puede retomarse los planteamientos y comentarios anteriormente expuestos, fundamentalmente por Pedro Luis de la Paz, (ver principios) así como las reglas que propone el entrenador Versace ajustado todo a responsabilidades bien definidas para cada jugador.

#### **2.4.5. La transición defensiva cuando un balón es interceptado**

Esta situación es muy común durante el juego, específicamente cuando se trata de jugadores de edades formativas. Lo mas importante es cambiar rápido del ataque a la defensa, aquí la reacción debe ser instantánea, por tanto lo recomendable es trabajar sobre esa base buscando un ritmo constante; apareado a ello la estimulación psicológica pues los jugadores tienden a desanimarse demorando en aplicar la correcta acción o respuesta motora.

Consideramos unas ves mas seguir los consejos anteriores y tener concebida dentro de la estrategia para los entrenamientos de preparación de los jugadores ejercicios destinados a esos momentos. Esto provocará la adaptación correcta a las exigencias pertinentes sobre la base de acciones de uno contra uno, dos contra uno, tres contra uno y tres contra dos generalmente, pues estas acciones son las mas frecuentes, siendo entonces la situación de balón interceptado el momento mas propicio para finalizar un contraataque con efectividad .



#### **2.4.6. La transición defensiva durante tiro libre fallado**

Esta situación depende mucho de la estrategia trazada la cual permitirá a los jugadores anticiparse mas a las acciones de los ofensivos, permitiendo retomar el funcionamiento que se sigue durante saque de canasta.

En las edades formativas esta situación es mas propensa, los tienden a tener menor efectividad en los tiros por lo que la utilización de la transición defensiva en ese momento puede compensar la cantidad de tiros fallados, entendiendo que se debe erradicar el fallar con un inmediato accionar defensivo, con una rápida lucha por el balón, donde todos los jugadores hagan algo y accionen acorde a las responsabilidades que deben ser bien marcadas de manera que defiendan por igual el tiro errado.

Debemos acostumbrar a los muchachos de edades formativas a que fallar un tiro libre e irse todos atrás a esperar a sus contrarios para defenderles por zona o personal les permite a estos aprovechar ese tiempo para preparar su ataque.

#### **2.4.7. La transición defensiva después de tiro de campo fallado**

Esta situación de transición es la más frecuente durante un partido de baloncesto, recordemos que aproximadamente el 50% de los lanzamientos de tiro de campo en su conjunto, son fallados por lo que serán muchas las veces que los contrarios se apoderarán del balón durante el rebote. En edades formativas estas posibilidades aumentan, Pues el por ciento de efectividades inferior.

Durante esta fase coincidimos con Aito García Reneses (35), pues se trata de que estando el balón en el aire unos jugadores estén buscando las posiciones adecuadas para proteger correctamente la canasta (aro), mientras otros estarán actuando para ganar la posición y coger el rebote ofensivo. Los jugadores deben acostumbrarse a hacer esto siempre (velar por nuestro aro) de esta forma establecemos un balance.

La acción ofensiva después del apoderamiento del rebote es muy rápida, entonces se debe también habitar a los jugadores a la defensa en su fase de transición actuar siempre para enfrentar un posible rompimiento; es decir, realizar acciones con un razonamiento lógico. Aunque el contrario no se lance, preferimos que nuestros jugadores estén siempre preparados.

Entonces esta fase incluye un cambio rápido del ataque a la defensa, que lleve apareado enfrentar un posible rompimiento, preparados contra su inicio, su desarrollo

y su final tanto primario como secundario así como la continuidad del ataque pues es evidente que los contrarios buscaran su objetivos. Asociados a estos aspectos se debe estar atento en mantener un accionar defensivo con carácter continuo que contrarreste el del contrario. De esta manera la transición defensiva durante tiro de campo fallado comienza estando el balón en el aire y culmina cuando nos hayamos apoderado de él, nos anoten canasta, cuando ocurra una pausa arbitral y en el menor de los casos cuando ocurre un ataque demorado, esto ultimo menos usual en las competiciones de jugadores formativos. A partir de esos casos se establece entonces un patrón defensivo acorde con el estado del juego.

## Capítulo #3

### **Alternativa para el entrenamiento de la transición defensiva durante tiro de campo fallado.**

#### **3.1. Criterios expresados por diferentes expertos a cerca del sistema de acciones elaborado.**

Una vez confeccionada la primera versión de nuestro sistema de acciones, pedimos el concurso de un grupo de entrenadores experimentados, los que tienen mas de 20 años de experiencia en el, específicamente en el trabajo con selecciones nacionales y con el baloncesto elite en nuestro país; añadimos además que en cada uno de los casos han ido transitando por la pirámide de alto rendimiento, hasta llegar desenvolver la función planteada anteriormente. Entre estos entrenadores tenemos a: Miguel Calderón exentrenador de la selección nacional masculina de Cuba y asesor técnico de la comisión nacional, Miguel del Rio exentrenador de la selección nacional femenina de Cuba, Ernesto Días miembro de la comisión técnica nacional de Cuba quien fuera entrenador de la selección de Cuba durante los juegos olímpicos de Munich (1972), Néstor Trujillo perteneciente al actual colectivo de entrenadores de la selección nacional masculina de Cuba, Daniel Scott entrenador principal de la selección nacional masculina de Cuba, Margaro Pedroso miembro del colectivo técnico femenino de Cuba, José Ismael Álvarez y Jorge Luis Mojena entrenadores de equipos escolares y juveniles de Pinar del Río y pertenecientes al colectivo de

entrenadores de la Liga Superior de Baloncesto de Cuba y Reinaldo Perdomo entrenador de las selecciones elites de la provincia de Pinar del Río y de series Especiales Femeninas de Cuba.

Como se puede apreciar el currículum de los entrenadores nombrados anteriormente, reflejan experiencia suficiente para emitir criterios que permitieran tratar con mayor profundidad el tema en cuestión. A cada uno de ellos se le hizo llegar la versión de la alternativa propuesta con el afán de que las sugerencias dadas por ellos lograran enriquecer nuestro sistema de acciones.

Podemos plantear que desde un inicio el tema fue de interés para todos y la actitud de ellos fue la de colaborar en todo el sentido de la palabra.

Las recomendaciones estuvieron encaminadas a:

- ❖ Enfatizar en el accionar de los jugadores cuando los contrarios entran en la fase de transición ofensiva, específicamente en la inversión del balón de un lado al otro de la cancha, para evitar el juego fácil del lado contrario a la bola.
- ❖ Considerar la utilización de la defensa básica cada vez que los cambios de ritmo del juego lo permitan o cuando exista una pausa.
- ❖ Tener en cuenta la versatilidad de los jugadores # 3, # 4 y # 5, por la responsabilidad que ellos poseen, en relación a su rol en el rebote y su llegada a la zona de defensa.

En cuanto al resto del accionar implícito en el sistema, reconocen que el mismo se adapta a las características objetivas de la dinámica del juego para esas edades y del baloncesto e la actualidad.

Además de que este sistema ha sido organizado sobre la base de situaciones de juego presentes constantemente en el partido, permitiéndoles a los jugadores una preparación acorde a lo que tendrán que enfrentar sistemáticamente.

### **3.2. Áreas de actuación y responsabilidad de los jugadores durante la transición defensiva.**

Una vez constatado los criterios de los entrenadores experimentados al respecto y contando con sus aportes recomendados, concretamos nuestra idea de trabajo.

Para el entrenamiento de la transición defensiva con baloncestistas de edades formativas utilizamos un sistema de acciones ajustadas a la forma táctica ofensiva

que en la actualidad es muy común. Tiene como característica fundamental, poder asociar el accionar defensivo a situaciones que se estarán repitiendo constantemente en todo el juego de baloncesto, las que hemos estudiado y analizado minuciosamente.

### **¿Cuándo comienzan las acciones en función de la transición defensiva?**

Se trata de que estando el balón en el aire producto a un lanzamiento de cualquier parte del terreno, los jugadores # 1y # 2 (el base y el escolta) corran a ocupar la retaguardia cargándose hacia el lado contrario del tiro estos tendrán responsabilidades muy importantes, pues serán los primeros en entrar en el funcionamiento de la transición defensiva. Queremos la anticipación hacia el lado contrario al tiro, porque existe gran posibilidad de que el balón rebote hacia ese lugar; tomamos como referencia los planteamientos y experimentos realizado por un grupo de entrenadores, entre los que destacamos a Miquel Calderón (37), quien ha comentado al respecto las cuestiones mencionadas anteriormente. Ricardo Pardo (38), precisa en experimento realizado sobre el tema, las mayores posibilidades del rebote del balón producto a los tiros al aro, se manifiestan hacia las zonas mas alejadas con relación al área de lanzamiento. (Alrededor del 70% de los tiros).

Durante balón por el aire los jugadores # 3, # 4y # 5 se desplazan hacia esas zonas mas alejadas a forcejear por un rebote ofensivo, quienes se incorporan a la transición defensiva cuando el balón es dominado por los contrarios. (Ubicación apropiada para el comienzo de la transición).

A partir de ese momento exigimos un trabajo integro entre los cinco jugadores ya todos en fase de transición defensiva, funcionando bajo responsabilidades bien marcadas que veremos mas adelante, oponiéndose al accionar táctico de los contrarios durante toda la fase, que culminará solo cuando logren apoderarse del balón, cuando ocurra una pausa arbitral, cuando nos anoten el gol y en el menor de los casos cuando ocurre un ataque demorado. (Poco usual en estas edades).

Queremos que los jugadores se habitúen a esto, que lleguen a automatizarlo ya que se presentará muchas veces durante el juego, por tanto se trata de que ocurra la menor cantidad de errores posible.

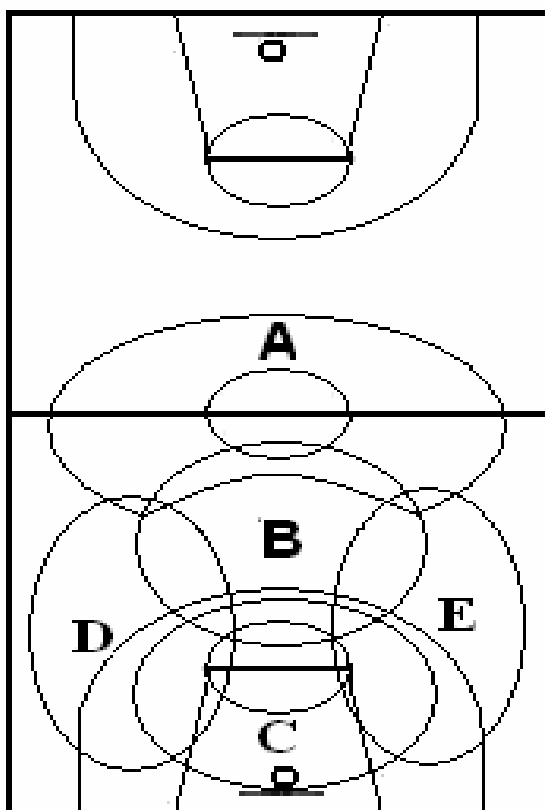
Nosotros no queremos que durante ese momento los jugadores utilicen el marcaje personal, (individual), tan pronto se apodere del balón el contrario durante el rebote,

como habitualmente se ha estado realizando con ese tipo de jugador, (edades formativas) y que hemos corroborado, el cual deja muchos espacios para el ataque, fundamentalmente rápido, en toda su extensión. Recordemos que los jugadores preocupados por buscar a sus contrarios se adelantan mucho y descuidan otras funciones, así como el aro.

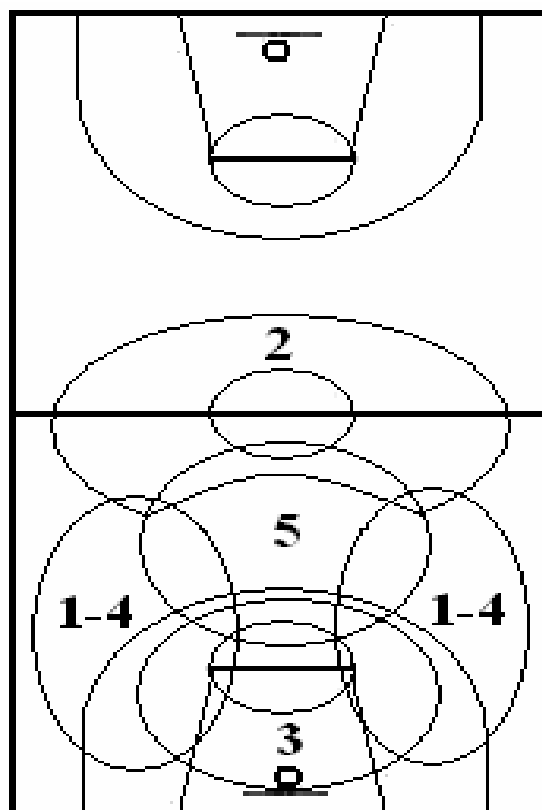
El funcionamiento mas importante y relevante de nuestro sistema de acciones será en la zona de defensa, a partir de la línea media del terreno de juego, reforzando el trabajo fundamentalmente alrededor del área de 6.25 metros, ubicando en ella entre tres y cuatro jugadores, contando con un defensa mas adelantado, que estará actuando delante de la línea media.

Las acciones tienen un carácter continuo, contando con un inicio, un desarrollo y un final tal como lo concibe un rompimiento rápido, un juego de transición o un ataque de patrones o libre, de manera que se trata de preparar a los jugadores para que se opongan al inicio, desarrollo y sobre todo al final de cualquier opción que determine la ofensiva contando con la lógica del juego.

A partir de estos criterios hemos establecido una alternativa para el desarrollo de nuestra transición defensiva, a raíz de la división del terreno en diferentes zonas, dándole funciones a los jugadores que las ocuparan y que reflejamos en los diagramas 1a y 1b.



**Diagrama 1.a**



**Diagrama 1.b**

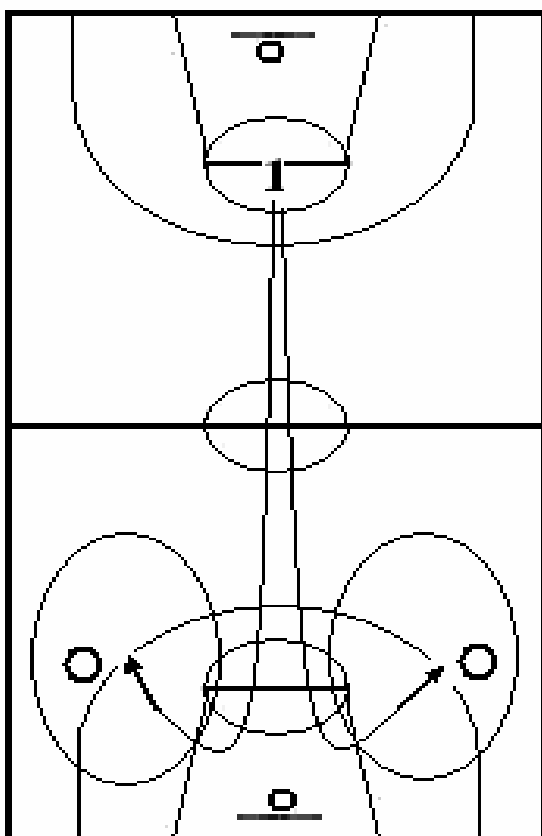
### **Responsabilidades de los jugadores durante la transición defensiva.**

#### **Jugadores que se ocupan del balance defensivo.**

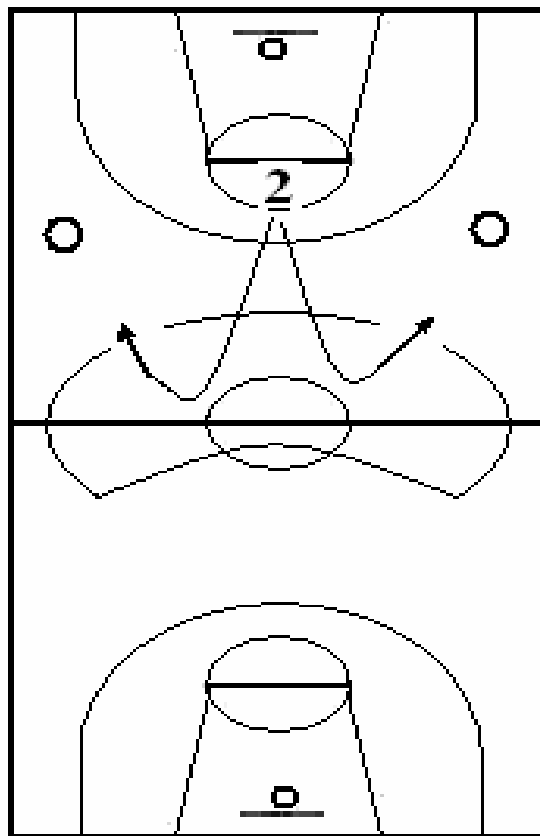
Queremos que el balance defensivo sea ocupado por el jugador # 1 o base organizador, por el jugador # 2 o escolta y en caso necesario por el jugador # 3 a quien asignamos como alero bajo (delantero) que reemplazará al base organizador.

#### **Responsabilidades del jugador # 1 (base organizador).**

- ◆ Cubre atrás hasta lo profundo, ubicándose hacia el lado contrario al lanzamiento (lado del posible rebote del contrario).
- ◆ Chequea al jugador escapado específicamente hacia el lado de la bola.
- ◆ Juega contra el contraataque con pase adelantado y a dos pases por el lateral.
- ◆ Evita la ventaja territorial siendo responsable de que no ocurra el 1vs.0.
- ◆ Primer jugador en llegar al área: C (Diagrama. 2).



**Diagrama.2**



**Diagrama.3**

### **Responsabilidades del jugador # 2 (escolta)**

- ◆ Corre a situarse en el área: A (Diagrama. 3).
- ◆ Se anticipa hacia el lado contrario al lanzamiento, (lado del posible rebote del contrario ), para interceptar o contener el pase de salida.
- ◆ Evita la conducción del balón hacia el carril del centro del terreno, forzándolo hacia las bandas o laterales.
- ◆ Persigue constantemente a la bola, ejerciendo presión sobre el jugador que la obtiene, hasta que se aproxime a la línea de tiro libre.

### **Responsabilidades de lo jugadores asignados para el rebote ofensivo.**

Queremos que los jugadores # 3 , # 4 y # 5 se lancen en busca de la posición adecuada para el rebote ofensivo, preferiblemente hacia el lado contrario al lanzamiento. Estos jugadores siempre se ocuparán de esta función; pero cuando el jugador # 1 se encuentre penetrando por un tiro (colada), entonces el jugador # 3

pasa al balance defensivo ocupando la responsabilidad del jugador # 1, que entonces se encargará de las responsabilidades de este.

En caso de que el jugador # 2 se encuentre en acción de tiro cerca del aro, este correrá rápido a cumplir con sus funciones establecidas para la transición defensiva hacia su área asignada; (área: A) es decir, no será remplazado, no es necesario, pero en ese caso el jugador # 3 podrá anticiparse mas rápido a su trabajo en fase de transición cubriendo su área: C. Para este funcionamiento la comunicación se hace necesaria. Como puede apreciarse, los jugadores # 4 y # 5 son los máximos reboteadores teniendo bien definida esa función.

#### **Responsabilidades para el jugador más cercano al reboteador contrario**

- ◆ Presionar durante pocos segundos (instantáneamente) al jugador con balón para impedir o demorar la apertura del contraataque y facilitar la actuación del resto de sus compañeros de equipo.
- ◆ Anticiparse corriendo hacia el centro el terreno por el carril intermedio apoyando al parador o jugador # 2, (escolta) evitando la continuidad por el centro del terreno.
- ◆ Cubrir el área: B evitando la inversión del balón. (Diagrama. 4).

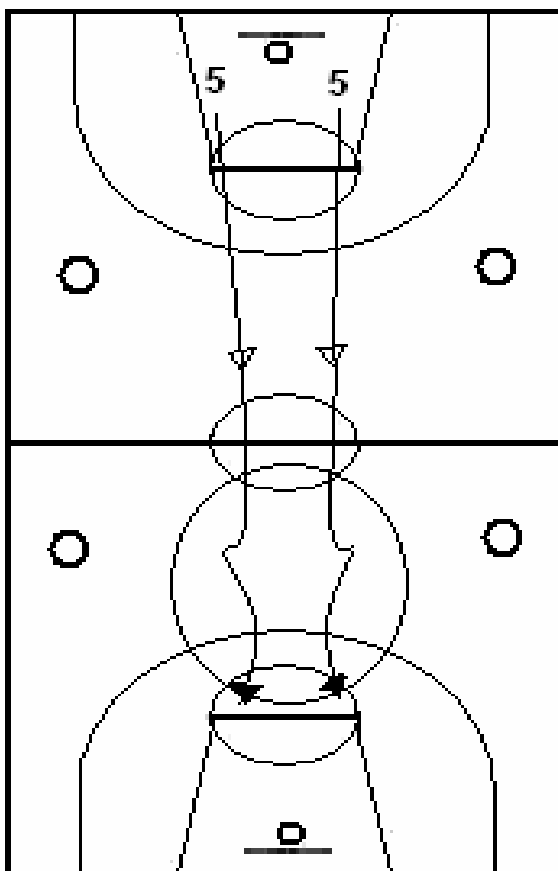


- ♦ Cooperar con el escolta para evitar que el jugador con balón se desplace hacia su área. Puede establecer una doble defensa.
- ♦ Defender al remolque y seguirlo dentro de la zona.

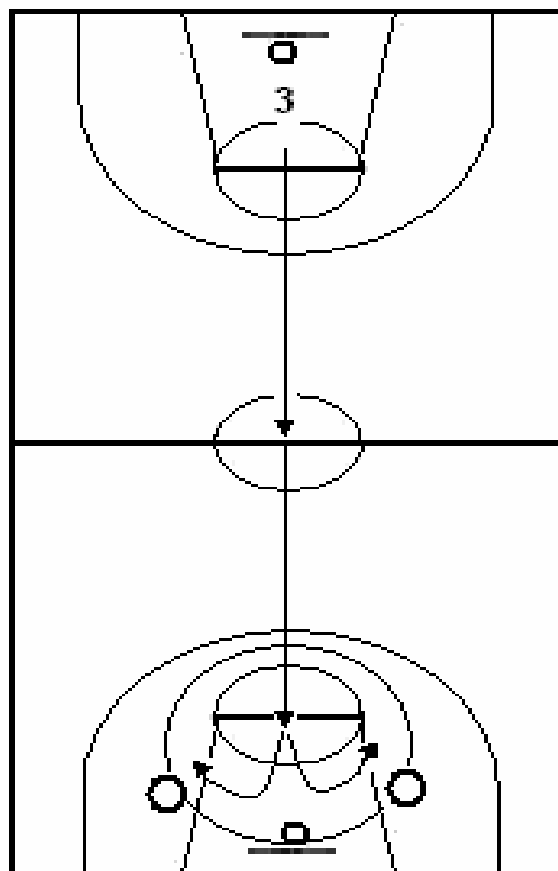
### **Responsabilidades de los restantes reboteadores.**

Queremos que uno de los reboteadores, preferiblemente el jugador # 3, se desplace por el centro el terreno cumpliendo con las siguientes funciones:

- ♦ Durante su desplazamiento velará porque no ocurra un pase al centro del terreno.
- ♦ Correrá hasta lo profundo para cubrir el área: C (Diagrama. 5) preferiblemente desde la línea de tiro libre hasta la línea de fondo.
- ♦ Enfrentar al primer remolque moviéndose hacia el lado de la bola (chocando fuerte) evitando pase adelantado adentra.
- ♦ Jugar contra la relación de juego exterior con el interior.
- ♦ Salir a cubrir al jugador ofensivo en línea delantera cuando sea necesario.



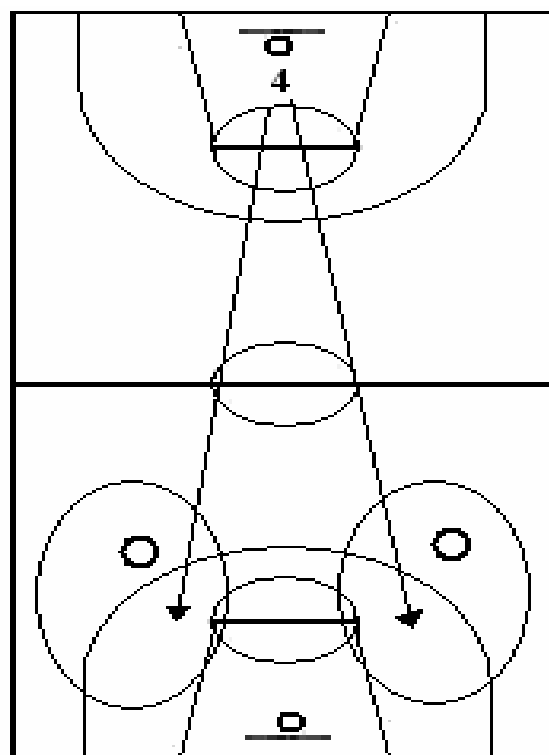
**Diagrama.4**



**Diagrama.5**

El reboteador que queda, puede ser el jugador # 4 ó el # 5 regresará por el carril intermedio más alejado del rebote del contrario, encargándose de lo siguiente:

- ◆ Evitar un pase cruzado o adelantado hasta lo profundo.
- ◆ Se coloca en el área: D ó E, a nivel de la línea de tiro libre(Diagrama. 6)
- ◆ Enfrenta la penetración o corte del lado contrario hacia la canasta.
- ◆ Cuida la llegada con penetración del último remolque.



**Diagrama.6**

- ◆ Evita la inversión del balón hacia su área (lado contrario a la bola).

Cuando en la lucha por el rebote, suceda que el jugador # 3 ha quedado forcejeando con el reboteador por encontrarse mas cerca de este, entonces el jugador # 5 cubrirá el área: C y el jugador # 3 ocupará el área: B.

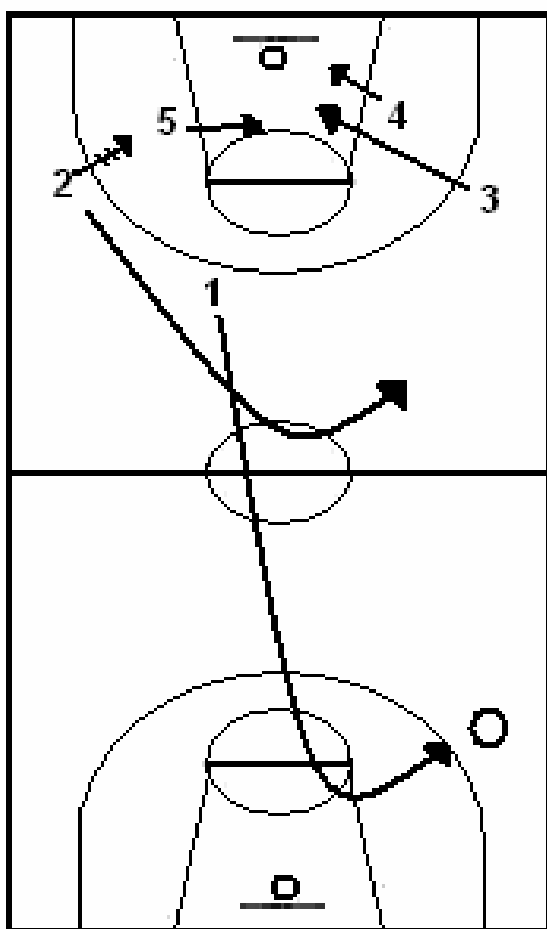
En caso de que le corresponda al jugador # 4 forcejear con el contrario con balón entonces el jugador # 5 le reemplazará; es decir, ocurrirá una permuta.

Es importante que los tres reboteadores practiquen ese trabajo el cual pueden llegar a interiorizar fácilmente. Siempre velamos porque nuestro jugador # 3 ocupe el área: C, este podrá estar en ella con mas frecuencia pues prácticamente será el tercer reboteador del equipo, teniendo en cuenta que las mejores opciones estarán para el jugador # 5 y para el jugador # 4 los que alternarán el área: B y las áreas: D ó E.

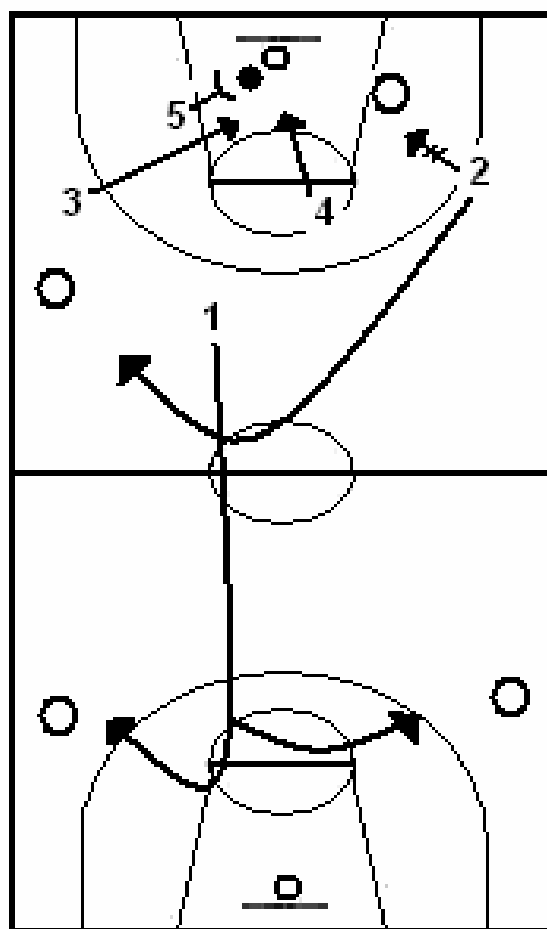
### **3.3. Sistemas de acciones para el entrenamiento de la transición defensiva durante tiro de campo fallado.**

Veamos el accionar de los cinco jugadores en el inicio y final de la transición defensiva dispuestos a enfrentar el accionar táctico ofensivo de los contrarios.

En los diagramas 7 y 8 mostramos dos situaciones y la disposición de los jugadores al producirse un tiro al aro. Estando el balón en el aire, queremos que el jugador # 3 entre en carrera retomando los planteamientos del entrenador Obradovic (33), para ubicarse en posición de rebote ofensivo. Esto mismo queremos cuando es el jugador # 3 el que realiza el tiro desde cualquier ángulo y distancia. El movimiento del resto de los jugadores está indicado; tanto el jugador # 2 como el jugador # 1 se anticipan a sus puestos, este ultimo a la expectativa para que no se produzca un pase largo adelantado evitando la ventaja territorial.



**Diagrama.7**

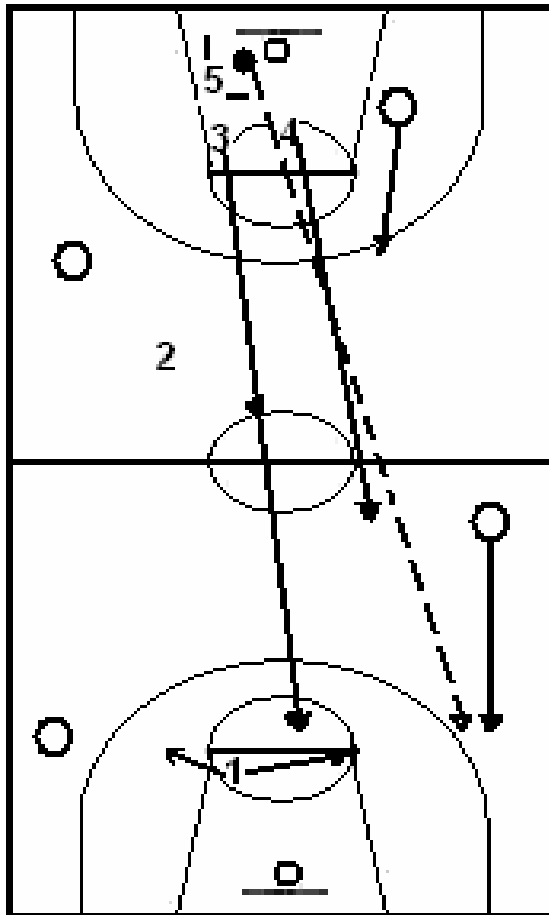


**Diagrama.8**

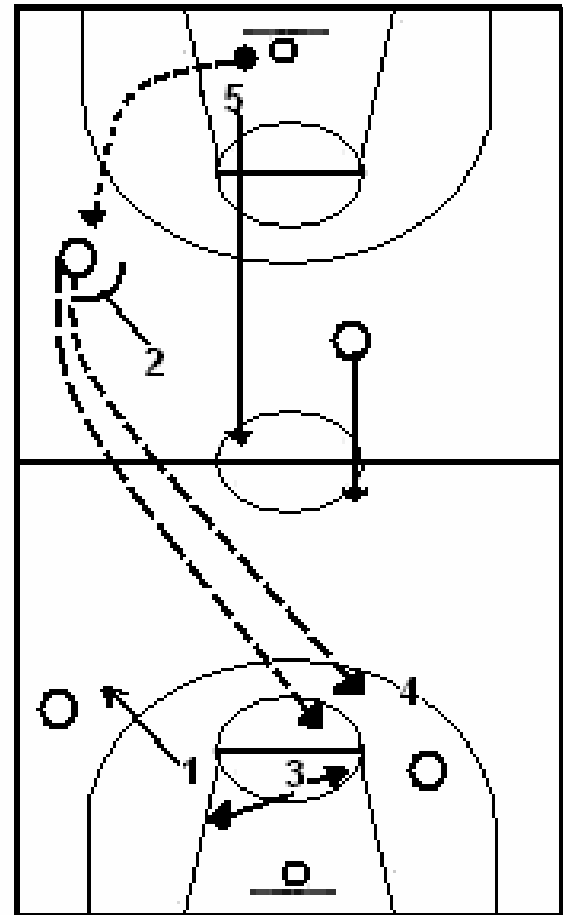
Continuando con la situación mostrada en el diagrama. 8, es importante el regreso rápido de los jugadores # 3 y # 4 por el centro del terreno y por el carril intermedio mas alejado al rebote respectivamente. Es muy difícil que el reboteador pueda hacer un pase al centro del terreno y mucho menos lograr un pase largo al lateral izquierdo, primero porque se encuentra en una posición incomoda( menos aun en edades formativas) y segundo porque el defensa # 1( nuestro base), se encuentra chequeando a los escapados, descartando esa posibilidad de pase. (Diagrama. 9).

Con la llegada del jugador # 3, un posible segundo pase al jugador escapado por la izquierda( lado contrario al pase de salida) a lo profundo, es difícil que ocurra pues seria interceptado, tampoco llegaría a las manos del ofensivo a nivel de tiro libre, pues para eso tenemos previsto la llegada del jugador # 4. Véase como la llegada del jugador # 3 permite que el jugador # 1 proteja más su área de manera que pueda evitar un pase adelantado por el lateral. El jugador # 5 después de presionar al

reboteador con balón, se anticipa al centro del terreno, esto debe hacerlo prácticamente saliendo el balón de las manos del contrario, aunque puede ser antes, pues su presión es instantánea (mucho mejor) pero lo mas importante es llegar a colocarse frente a la bola para apoyar al jugador # 2. (Diagrama.10)



**Diagrama.9**



**Diagrama.10**

En caso que ocurra un pase al centro del terreno dirigido al ultimo remolque, el jugador # 2 continua con sus funciones en el área: A, mientras el jugador # 5 le ayuda desde su área: B, preferiblemente antes de que el jugador con balón cruce la línea central, forzando para la banda (lateral). El jugador # 3 se mantiene cuidando su área: C, anticipándose a los cortes, mientras el jugador # 4 sube a la punta de la botella protegiendo el área: E, pues el primer remolque se encuentra en ella. (Diagrama.11).

De esta forma prevemos el rompimiento y el juego de transición pues nos estamos anticipando al contraataque a un pase largo y a dos pases, así como su continuidad tomando como referencia las formas planteadas por Loyola (19) y por Iñiqui (20).

Conociendo la forma en que se comporta el contraataque así como la ofensiva de transición, hemos organizado el sistema de acciones durante la transición defensiva de manera que nuestros jugadores puedan enfrentar cada situación aplicando soluciones lógicas.

Es muy común en el baloncesto actual iniciar el contraataque con la apertura a nivel de la línea de tiro libre, (pase de salida) utilizando en la mayoría de los casos u un excelente manejador, para que se encargue de recibir el pase y subir el balón a velocidad.

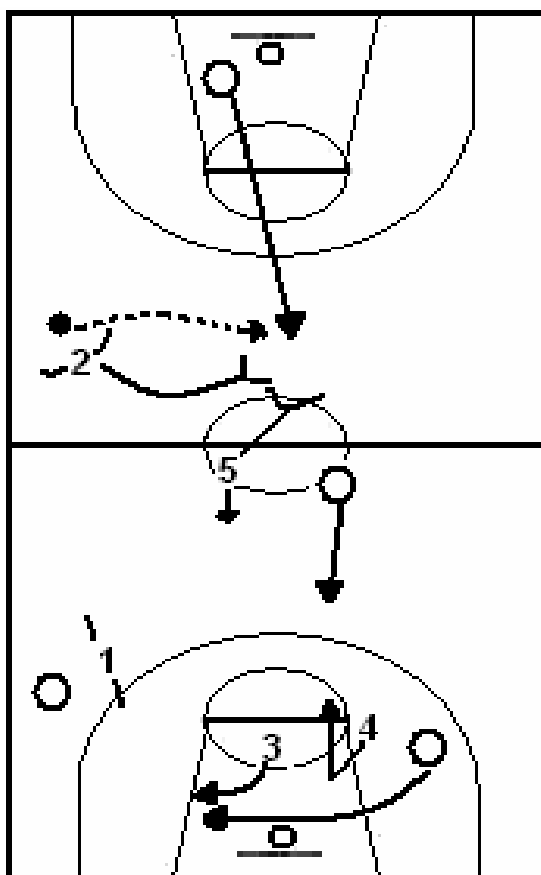


Diagrama.11

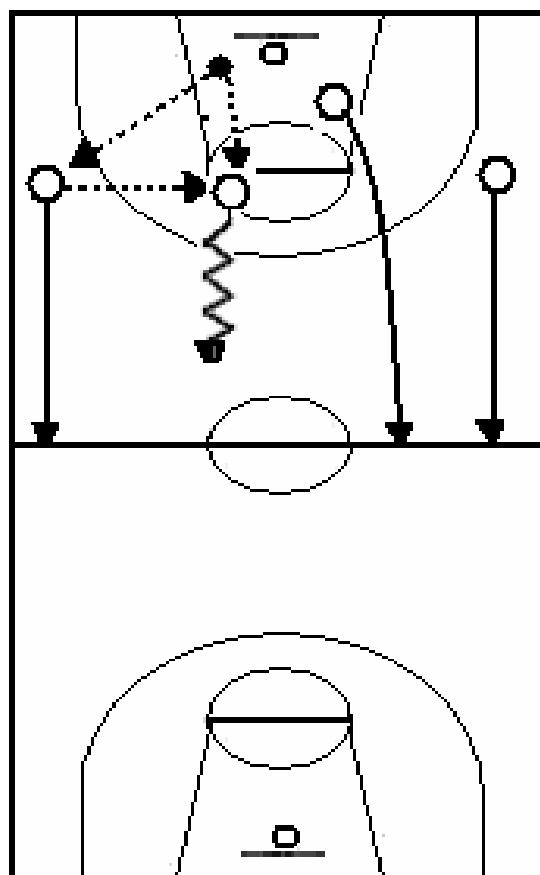


Diagrama.12

También es habitual la utilización de dos receptores para que combinen entre sí el primero y segundo pase (muy utilizado con jugadores de edades formativas en Cuba) con la conducción de este, por uno de los carriles intermedios para llegar en línea recta a la zona de decisión al cruzar la línea central, de esa forma lo propone Pat Riley (21) a quien tomamos como referencia. (Diagrama. 12)

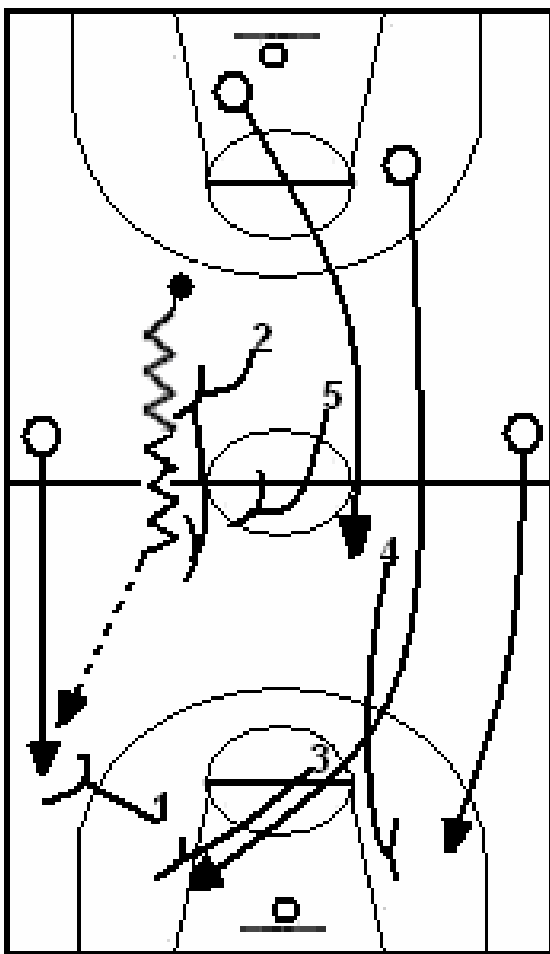
Los desplazamientos de los jugadores a la defensa que proponemos, aplicando las responsabilidades y funciones de cada cual, nos permiten enfrentar estas situaciones.

Veamos como el jugador # 2 puede contener al contrario con balón y forzarlo hacia el lateral; el jugador # 5 está en su área de actuación para enfrentar al segundo remolque y poder brindar ayuda al jugador # 2. El jugador # 1 cubre fácilmente el pase al contrario en un lateral, el jugador # 3 enfrenta el corte hacia la bola del primer remolque para evitar el pase al interior (muy común en los finales de rompimiento rápido) y con ello la continuidad en la transición con es jugador; mientras el jugador # 4 protege la penetración del lado contrario a la bola como teníamos concebido.

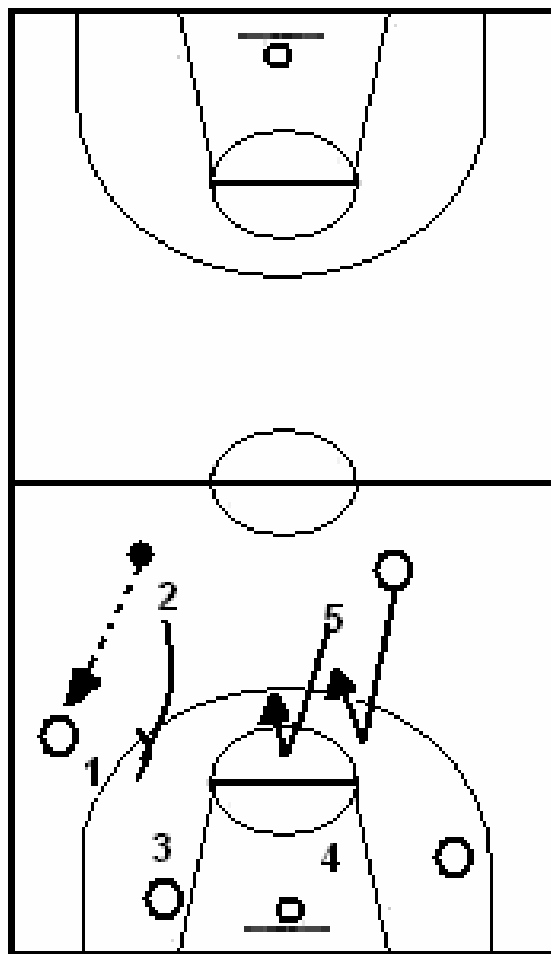
(Diagrama. 13)

En el diagrama.14, mostramos la entrada de la ofensiva en su fase de transición. Recordamos que esta viene organizada desde el inicio del contraataque y que ambas son combinadas por los jugadores escolares constantemente.

Véase como utilizando este sistema de acciones se puede controlar esas manifestaciones tácticas tan frecuentes. En el caso que mostramos, el jugador # 2 continúa persiguiendo la bola, tal como lo habíamos previsto evitando la penetración hacia el centro del terreno así como un pase a la punta de la llave (línea de tiro libre). El jugador # 5 se encuentra protegiendo la punta de la zona de restricción, velando por el remolque para que no pueda recibir fácilmente el pase buscando la inversión del balón. Tanto los jugadores # 1, # 3 y # 4 se encuentran en sus áreas, presionando y chequeando respectivamente.



**Diagrama.13**



**Diagrama.14**

Cuando el segundo remolque corta hacia el aro, el jugador # 5 lo chequea hasta lo profundo, jugando por delante, mientras el jugador # 4 continua controlando toda su área del lado contrario a la bola.( Diagrama. 15 )

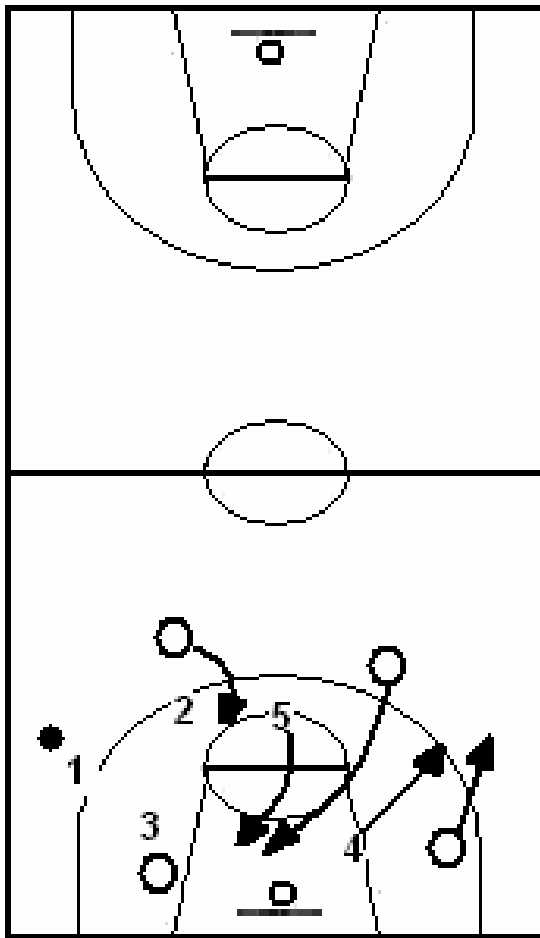
A partir de esta situación dejamos preparada una formación zonal continua, pendiente a: Pase y corte, cortes de lado contrario hacia la bola, reemplazo, bloqueos directos e indirectos, etc. Estamos hablando de una continuidad defensiva aplicando principios de defensa personal y de defensa zonal simultáneamente.

Durante el juego, es muy natural que aparezcan situaciones en que exista desventajas a la defensa, las cuales queremos que sean momentáneas, pues se trata de superarla y que los cinco jugadores estén en función de la defensa.

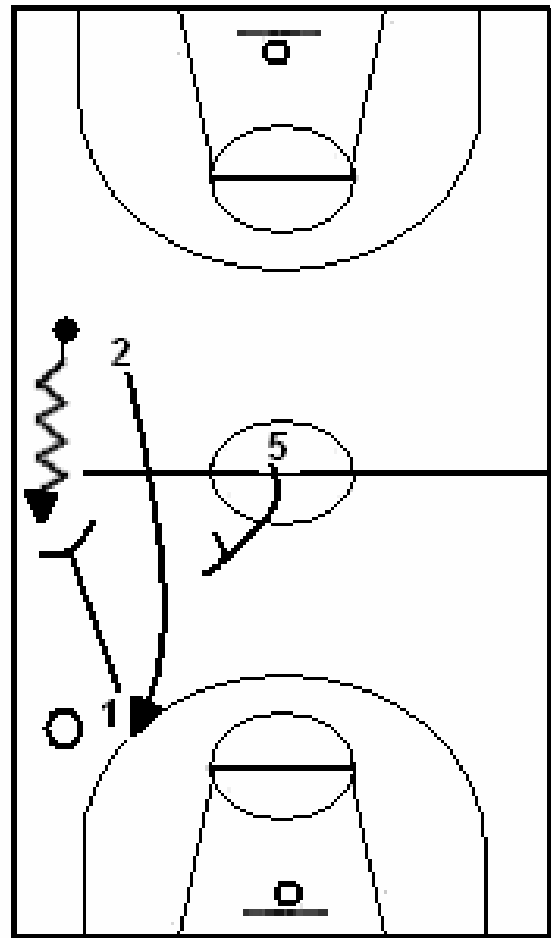
Existen casos en que nuestros jugadores deben aplicar soluciones lógicas concebidas dentro del sistema de acciones, pues las responsabilidades orientadas prevén todo esto.



Cuando el jugador con balón al subir la bola saca ventaja al jugador # 2 que está como parador, entonces el jugador # 1 que se encuentra de ese lado, debe subir a contener, mientras que es reemplazado; en ese caso además tenemos la ayuda del jugador # 5 en el centro. (Diagrama. 16).



**Diagrama.15**



**Diagrama.16**

En caso de que el jugador con balón logre burlar al defensor # 2 en busca del centro del terreno, entonces una doble defensa queremos con la ayuda del jugador # 5, (Diagrama. 17), con esto evitamos la continuidad. Con un pase los jugadores en fase de transición defensiva, deben continuar con lo previsto, desplazándose hacia sus áreas predominantes. Recordamos que el jugador # 2 continua persiguiendo la bola

mientras esta se mantenga por encima de la línea de tiro libre. (Diagrama. 18). Una especie de trabajo de "salto y cambio" estamos logrando, cuando se presenten estos casos, tomando como referencia los movimientos defensivos planteados por los entrenadores, John Killilea (39, Pág. 34-43) y Joaquín Brizuela Carrión. (40).

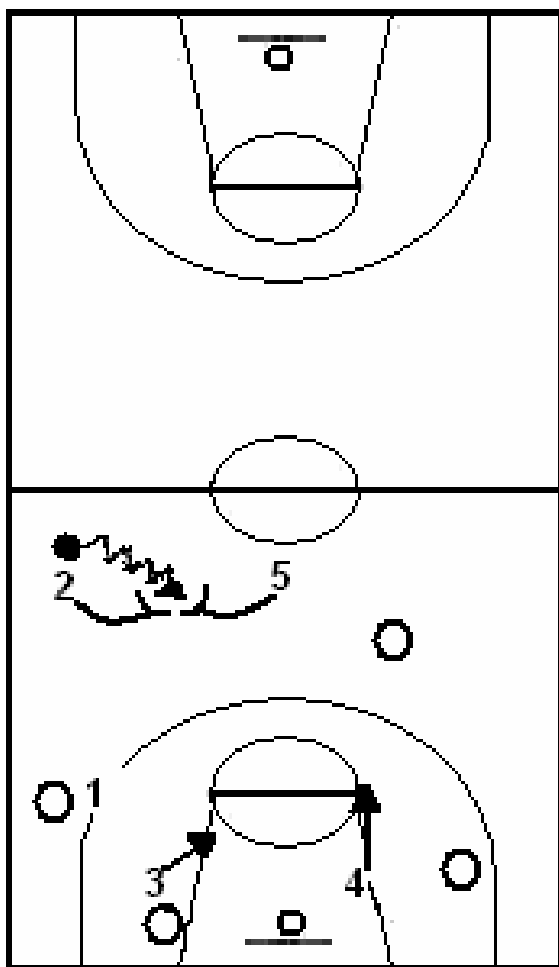


Diagrama.17

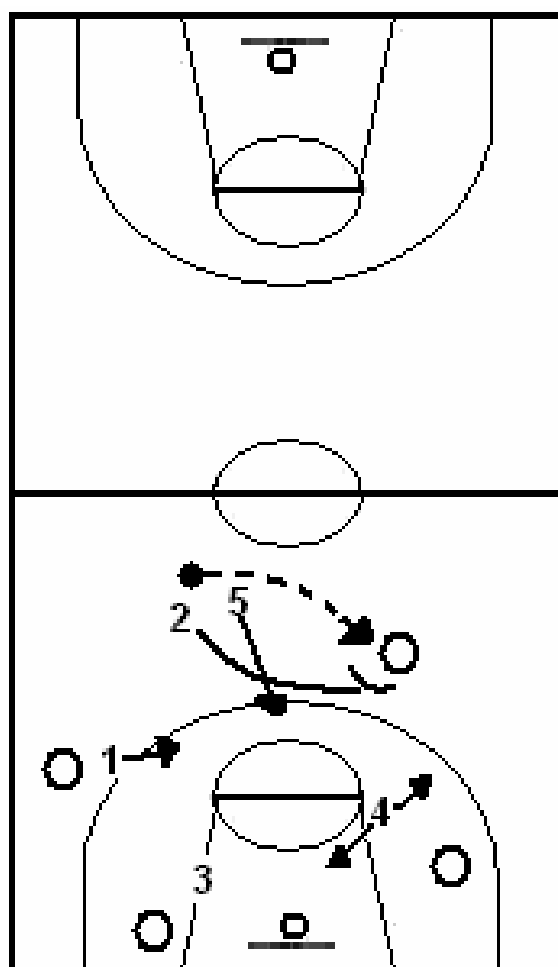


Diagrama.18

# Capítulo # 4

## **Experimento.**

### **4.1. Aplicación del sistema de acciones.**

En el ciclo anual proyectado para la categoría objeto de estudio, pudimos constatar aun más lo necesario de la búsqueda de una alternativa, cuando asistimos al torneo por invitación celebrado en Villa Clara durante la etapa de preparación especial, que por su importancia debido a los contrarios que enfrentó la selección de Pinar del Río, (Ciudad Habana, Guantánamo, Santiago de Cuba, Villa Clara y Ciego de Avila), nos sirvió para volver a constatar que la orientación de la forma tradicional (otras acciones) del cambio de la ofensiva a la defensiva, no ofrecía un accionar adecuado de los jugadores que permitiera un mejor control de las acciones de los contrarios; detectado esto por un grupo de indicadores que utilizamos, sobre los cuales hablaremos posteriormente.

Partiendo de los resultados obtenidos en dicha copa o torneo, le presentamos a la dirección del equipo 15 y 16 años del sexo masculino de la EIDE de Pinar del Río nuestra alternativa ya perfeccionada, para que fuese aplicada desde ese momento (etapa especial) durante los entrenamientos contándose con la aprobación de los mismos quienes manifestaron que era necesario incluir las acciones propuestas rápidamente dentro del proceso de entrenamiento, más aun dentro del momento de preparación en que se encontraban, pues había que crear el hábito en los jugadores sobre una nueva forma de accionar cuando se fallaba un tiro al aro desde cualquier parte del terreno; además mucho más exigente que solo podía ser lograda a través de un trabajo sistemático y coordinado de ataque y defensa en que pudiesen aplicar soluciones asociadas de forma individual, de grupo, para posteriormente exigirla a todo el equipo.

En ocasiones al no orientárseles el cambio de táctica concebido, los jugadores trataban de utilizar los movimientos que anteriormente realizaban, pero esto solo sucedió al principio, más tarde mediante él, cumplimiento de las orientaciones del entrenador y de la metodología utilizada se logró habituar a los jugadores al accionar planificado.

Es bueno señalar que a través del proceso de preparación y los juegos de control se reflejó una mejor comunicación motriz entre los jugadores, con una gran

responsabilidad en sus funciones todo lo cual hizo afianzar el trabajo de los entrenadores para la utilización de esta durante los juegos escolares.

Luego de todo el proceso de preparación llevado a cabo en dicha dirección pretendíamos corroborar la eficacia de nuestra alternativa durante su utilización en el campeonato nacional del mes de julio del 2001, durante el cual observábamos 7 partidos que representaron el 100% de los juegos efectuados por los muchachos de Pinar del Río, apoyándonos en los indicadores seleccionados para las observaciones anteriores, (ver anexo no. 3) todo lo cual brindó la posibilidad a través de los datos obtenidos, establecer una comparación con las otras acciones (forma tradicional) que fueron utilizadas anteriormente.

#### **4.2. Análisis de los resultados.**

En la **Tabla #1** mostramos el control de las acciones según la táctica empleada para enfrentar el accionar ofensivo de los contrarios, al apoderarse del balón durante el rebote. Observamos que los jugadores de Pinar del Río durante los juegos escolares aplicaron el sistema de acciones propuestas frente a 140 intento de los contrarios al apoderarse del rebote, mientras que estos mismos jugadores utilizaron otras acciones (forma tradicional) frente a 100 intentos por parte de los contrarios durante el torneo del cual habíamos hablado.

Se pudo comprobar que al aplicar el sistema de acciones los jugadores no permitieron que el balón cruzara la línea central (esta es una tarea de la defensa) del terreno durante 31 de los intentos del contrario para un 22%, permitiendo que cruzaran la línea central durante 109 intentos para un 78% del total de veces. Sin embargo al utilizar otras acciones solo pudieron los jugadores de Pinar de Río impedir que el balón no cruzara la línea central del terreno del juego, durante 10 de los intentos del contrario equivalente a un 10%, mientras que permitieron que cruzaran la línea central durante 90 intentos, para un elevadísimo 90% del total de veces.

Destacamos que durante la lucha entre la ofensiva y la defensiva específicamente en la situación que estamos analizando, se hace muy difícil impedir que los contrarios crucen el balón a su zona de ataque, sin embargo la propuesta impidió que cruzaran la línea central un menor por ciento, constatándose este resultado en un 12%, lo que evidenció una **diferencia muy significativa** con el 90% de veces que los contrarios

lograron cruzar la línea central utilizando otras acciones, lo que fue probado al aplicar la décima de diferencia de dos proporciones en que al comparar el valor de probabilidad (P) con el valor de significación ( $\alpha$ ) se obtuvo el siguiente resultado.

- Valor de probabilidad (P) = 0.0154                      P <  $\alpha$
- Valor de significación ( $\alpha$ ) = 0.05                      P < 0.05

### **Control de acciones según la forma táctica aplicada.**

**Tabla # 1**

<b><i>Forma Táctica</i></b>	<b>Veces utilizadas</b>	<b>%</b>	<b>No lograron Cruzar la línea central</b>	<b>%</b>	<b>Lograron cruzar la línea central</b>	<b>%</b>
<b>Sistema de acciones propuestas</b>	<b>140</b>	<b>58</b>	<b>31</b>	<b>22</b>	<b>109</b>	<b>78</b>
<b>Otras acciones</b>	<b>100</b>	<b>42</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>90</b>	<b>90</b>

Precisamente a través de la **Tabla #2**, podemos apreciar el comportamiento de las veces que estos balones no lograron cruzar la línea central; nos llama la atención como al utilizar otras acciones, tuvieron que provocar faltas defensivas el 33% de los intentos de los contrarios como vía para poder detenerlos antes de que cruzaran la línea central, como muestra de poco control de las acciones y que también durante un 33% de las veces los contrarios perdieron el balón por sucesos ocasionales; es decir, por casos en que no fue producto al accionar defensivo sino, por imprecisiones individuales ofensivas como: pisando raya, balones que se escaparon de las manos, mal manejo del balón durante el drible, etc. Solo el 17% de las veces lograron apoderarse del balón al provocar violaciones así como pases malos.

Al aplicar el sistema de acciones, solo durante el 13% de los intentos de los contrario por cruzar la línea central, tuvieron lo jugadores que provocar faltas defensivas, así como también durante un 13% de las veces los contrarios pedieron el balón por sucesos ocasionales. Al aplicar el sistema de acciones los jugadores del equipo de Pinar del Río lograron interceptar el balón durante el 29% de los intentos, provocaron violaciones y pases malos durante un 23% y 16 % respectivamente, así

como un 6% de falta ofensiva ante la contención evidente del accionar defensivo. Todo esto nos mostró que cuando se utilizaron otras acciones solo el 34% de las veces que el balón no logró cruzar la línea central fue producto al buen accionar defensivo en fase de transición, mientras que producto al buen accionar defensivo en esa fase al aplicar el sistema de acciones, pudo lograr el 74% de las posesiones del balón.

Al aplicar la décima de diferencia de dos proporciones resulto **muy significativo** las posesiones de balones producto al sistema de acciones propuesto, lo que fue corroborado al comparar el valor de probabilidades con los valores de significación; es decir:

- Valor de probabilidad  $(P) = 0.0272$   $P < \alpha$
- Valor de significación  $(\alpha) = 0.05$   $P < 0.05$

Al llegar los intentos de los contrarios a su zona de ataque después que el b l n logró cruzar la línea central, momento este en que el poder  ofensivo busca la ventaja o el desequilibrio defensivo para culminar con su objetivo que es tirar al aro, contando además con el tiempo reglamentario que les quede para lograrlo, es cuando mas se intensifica y se hace importante el accionar de los jugadores en fase de transición, pues se trata de controlar las acciones ofensivas de los contrarios el mayor número de veces posibles e impedir que estas finalicen con tiro al aro de forma continua, sin que exista una oposición organizada, ajustada al momento y sin sacrificio defensiva.

**Comportamiento de las veces que los balones no lograron cruzar la línea central.**

**Tabla # 2**

Forma Táctica.	Veces		Por Violación		Por intercepción		Por Mal pase		Por falta Ofensiva		<b>Poseciones productivas</b>		Por falta defensiva		Por sucesos ocasionales	
	t	%	t	%	t	%	t	%	t	%	<b>T</b>	<b>%</b>	t	%	t	%
Acciones Propuestas	31	100	7	23	9	29	5	16	2	6	<b>23</b>	<b>74</b>	4	13	4	13
Otras acciones	10	100	2	17	-	-	2	17	-	-	<b>4</b>	<b>34</b>	3	33	3	33

Mediante la **Tabla # 3** pudimos apreciar que los contrarios tuvieron que utilizar como promedio **6.10 segundos** para que sus intentos pudieran cruzar la línea central, al enfrentar el sistema de acciones propuesto, durante los juegos observados en el campeonato escolar nacional, mientras que los jugadores contrarios durante el torneo por invitación al enfrentar otras acciones, tuvieron que emplear **3.55 segundos** promedio, resultando **altamente significativa** la diferencia a favor del sistema de acciones propuesto, que pudimos probar a través de la dólcima de diferencia de dos medias, quedando demostrado que los contrarios demoraron un tiempo de **2.55 segundos** más que al emplear otras acciones.

$$P = 0,000$$

$$P < \alpha$$

$$\alpha = 0.001$$

$$P < 0.001$$

**Relación de intentos que lograron cruzar la línea central controlados y finalizados con tiro al aro de forma continua**

**Tabla # 3**

Forma Táctica	Intentos que Lograron cruzar		Tiempo utilizado (segundos)		Controlados Por la defensa		Final con tiro de forma continua		Perdida ocasional	
	T	%	$\bar{X}$	S	T	%	T	%	T	%
Acciones Propuestas	109	100	6.10	1.25	80	74	22	20	7	6
Otras acciones	90	100	3.55	0.29	22	25	63	70	5	5

El 74% ( 80 veces) de los balones que llegaron a zona de ataque, fueron controlados por los jugadores al utilizar el sistema de acciones que hemos propuesto, que solo un 20 % ( 22 veces) pudieron finalizar con tiro al aro de forma continua y que el 6% ( 7 veces ) los contrarios perdieron el balón ocasionalmente.

Cuando en fase de transición defensiva se utilizaron otras acciones, solo pudieron ser controlados el 25% (22 veces) del total de intentos que lograron cruzar la línea central. Estando en zona de ataque lograron los contrarios finalizar con tiro al aro de forma continua un 70% de los intentos(63 veces)perdiendo el balón los contrarios ocasionalmente un 5% ( 5 veces).

Al comparar el valor de probabilidades con los valores de significación mediante la dólcima de diferencia de dos proporciones el resultado fue **altamente significativo** al



emplear el sistema de acciones en cuanto al numero de balones que cruzaron la línea central y que fueron controlados. También la dódima de diferencia de dos proporciones al comparar el valor de probabilidades (P) con el valor de significación ( $\alpha$ ) en cuanto a las veces en que los balones que lograron cruzar la línea central y que finalizaron con tiro de forma continua nos permitió comprobar que el resultado fue también, **altamente significativo** al utilizar el sistema de acciones propuesto:

- Valor de probabilidad ( P ) = 0.000                       $P < \alpha$
- Valor de significación (  $\alpha$  ) = 0.001                       $P < 0.01$

Es importante que se conozca cual fue el comportamiento de los intentos por parte de los contrarios que lograron cruzar la línea central del terreno del juego y que fueron controlados por la defensa, los cuales mostramos a través de la **Tabla # 4**.

Se pudo observar que los jugadores para poder controlar la continuidad de la ofensiva, tuvieron que acudir frente al total de intentos, un 23% de las veces empleando la falta defensiva como vía de contención, que solo un 5% de las veces provocaron violación y que el 72% de las veces los contrario pudieron finalizar con tiro al aro, cuando fueron utilizadas otras acciones.

Eficazmente los jugadores al emplear la alternativa de acciones propuestas, solo permitieron que un 28% de los intentos de los contrario, estos pudieran concretar el objetivo esencial del juego ofensivo, ( tirar al aro) que para contener los intentos mediante el accionar defensivo solo un 8% fue producto a las faltas defensivas, mientras que el resto de las veces pudieron los jugadores apoderarse del balón, producto a un 12% por violaciones provocadas, un 24% por intercepciones del balón, un 19% por pases malos provocados, así como un 9% por faltas ofensivas.

Resultó **altamente significativa** la diferencia entre los porcentos en cuanto a los intentos que fueron controlados que finalizaron con tiro y que ya hemos mencionado favorable a la propuesta, constatándose en que hubo un menor porciento (44% menos) con relación a la utilización de otras acciones, al comparar el valor de probabilidad con los valores de significación:  $P = 0.000$  siendo entonces,  $P < \alpha$ , (  $\alpha = 0.001$ )

Como resultado del trabajo, se observo, **diferencia muy significativa** en las posesiones de balones productivos que se lograron, al utilizar el sistema de acciones propuestos con un 92% (74 veces), sobre el 77% (17 veces) cuando se utilizaron

otras acciones, expresado al aplicar la décima de diferencia cuyo resultado fue el siguiente.

- Valor de probabilidad (  $P$  ) = 0.0256                       $P < \alpha$
- Valor de significación (  $\alpha$  ) = 0.05                       $P < 0.05$

Resumiendo el análisis de los resultados podemos considerar que desde el punto de vista pedagógico esta alternativa causó un impacto positivo dentro de las formas de interactuar de los jugadores dentro del terreno, además le proporcionó a los entrenadores una organización y dirección de trabajo a seguir para poder cumplimentar con el objetivo del mismo en poco tiempo y traer resultados favorables durante la aplicación de la alternativa.

En relación con los jugadores les proporcionó un grado de responsabilidad asociando su acción en relación a la forma de ataque que utilizaba el contrario.

En sentido general el aporte más relevante que se vio en la aplicación de dicha alternativa, es que el sistema de acciones utilizados desde el mismo comienzo estuvo en correlación con la dinámica del juego para esas edades, de ahí la asimilación y motivación mostradas por los atletas durante su accionar a la defensa, pues permitió que su forma de trabajo estuviese bien definida en relación con la función de estos dentro del equipo.

**Comportamiento de los intentos que lograron cruzar la línea central  
y que fueron controlados.**

**Tabla # 4**

Forma táctica	Veces		<b>Final con tiro</b>		Por violación		Por intercepción		Por mal pase		Por falta ofensiva		<b>Posesiones productivas</b>		Por falta defensiva	
	T	%	<b>T</b>	<b>%</b>	T	%	T	T	%	%	T	%	<b>T</b>	<b>%</b>	T	%
Acciones propuestas	81	100	<b>23</b>	<b>28</b>	10	12	20	6	8	24	15	19	<b>74</b>	<b>92</b>	6	8
Otras acciones	22	100	<b>16</b>	<b>72</b>	1	5	-	-	-	-	-	-	<b>17</b>	<b>77</b>	5	23

# Conclusiones:

1. Las recomendaciones dadas por los expertos, nos permitió concretar el sistema de acciones acorde a la realidad actual del juego durante la fase de transición defensiva después de tiros fallados.
2. El sistema de acciones aplicados propició adecuada organización y dirección de trabajo en los entrenadores durante la preparación de los jugadores haciendo uso racional del tiempo.
3. La asimilación del sistema de acciones se vio reflejada a partir de la interacción y comunicación motriz mostrada por los jugadores en relación con sus funciones dentro del equipo.
4. El sistema de acciones propuesto en relación con las otras acciones (tradicionales) que se utilizaban propició mayor control del juego del contrario, existiendo diferencias **muy significativas** en indicadores como:
  - Intentos de los contrarios que lograron cruzar la línea central.
  - Posesiones productivas de balones
- **Altamente significativa** en indicadores como:
  - Intentos controlados que finalizaron con tiro.
  - Intentos de los contrarios que finalizaron con tiro al aro de forma continua.
  - El tiempo empleado por los contrarios en cruzar la línea central.
5. Quedó demostrado que al utilizar el sistema de acciones propuesto para el entrenamiento de la transición defensiva, propició mejor rendimiento del equipo durante esa fase de juego.

# Recomendaciones:

1. Que la comisión provincial de baloncesto generalice las experiencias obtenidas con nuestra investigación, al resto de los equipos pertenecientes a los centros provinciales de alto rendimiento.
2. Que la alternativa propuesta sea del conocimiento de todos los entrenadores del país, ya que puede ser aplicable a cualquier nivel, con lo cual se favorecerá el desarrollo del baloncesto en Cuba.
3. Que se continúe el estudio sobre este campo pues el sistema de acciones que hemos propuesto deja posibilidad abierta para otras variantes.

# REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

1. Calderón Gómez, Miguel.(1990) Balance Defensivo y Transición, en: conferencia, Curso para entrenadores de Baloncesto. Pinar del Río, Cuba.
2. Del Río, Miguel.(1998) La transición, en: Seminario nacional para entrenadores de baloncesto, Comisión nacional de baloncesto. La Habana, Cuba.
3. Díaz, Ernesto. (1997) Rompimiento y transición, en: Conferencia, Seminario solidaridad Olímpica. Comisión Nacional de Baloncesto. La Habana, Cuba.
4. Scoot, Daniel.(1991). La transición Defensiva, en: Entrevista, en: Campeonato Superior de baloncesto. Pinar del Río, Cuba.
5. Riley, Pat.(1998) La defensa y la transición, en: Clínica Internacional de Basketball. Argentina.
6. Night, Bobby. (1982). Actitud Defensiva, en: Conferencia. World Association of Basketball coaches, International Clinic.
7. Dictrich, Harrc. (1973) Fundamentos de la Técnica Deportiva y de la preparación táctica, en su libro: Teoría del Entrenamiento Deportivo; La Habana. Editorial científico-técnico, pág. 282.
8. Ozolin, N.G. (1970) Preparación Técnico, Táctica, y Teoría, en su libro: Sistema Contemporáneo del Entrenamiento Deportivo. La Habana. Editorial Científico-Técnico, pág. 148.
9. Mahlo, Friedrich.(1981) Las formas de la acción táctica en el juego, en su libro: La acción táctica en el juego. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.

10. Hernández Moreno, José. (1989) "Metodología de la observación de la acción de juego en los deportes de equipo" En su curso Internacional. La Habana, Cuba.
11. Mahlo, Friedrich. (1981) La formulación de las soluciones asociativas por la vía inductiva, en su libro: La acción táctica en el juego. La Habana; Editorial pueblo y Educación, pág. 89-93.
12. Mahlo, Friedrich. (1981) Estudio de las acciones tácticas en su libro: La acción táctica en el juego. La Habana. Editorial Pueblo y Educación, pág. 119-124.
13. Kirkov V, Dragomiv. (1975) Estudio de las acciones tácticas, en su libro: Manual de baloncesto. La Habana. Editorial Pueblo y Educación, pág.386.
14. Betancourt, Yoe. (1986) "Transición y contra ataque", en: Clínica para entrenadores. Mundial de España. España, Págs. 45-52.
15. Gamba, Alessandro. "Contraataque, reglas y requisitos". Conferencia.
16. Alfonso, Pedro. (1987) "El contraataque", en su: conferencia. Seminario "Solidaridad Olímpica", comisión nacional de baloncesto. La Habana, Cuba.
17. Ramírez, José (1987) "Ofensiva de transición", en su: conferencia. Seminario "Solidaridad Olímpica", comisión nacional de baloncesto. La Habana, Cuba.
18. Vianchini, Valerio. (1986) "La ofensiva rápida y la transición" en: International Clinic of Bormio. FIBA – WABE.
19. Loyola. (2001) "Contraataque" en: Basketball Playbook. [http://cldj.tripod.com// mu.html](http://cldj.tripod.com//mu.html).

20. Refoyo, Román Iñiqui.(2001) “Contraataque y transición” Iniciación. Formación. Alto rendimiento. Federación Española de baloncesto.www.feb.es.entrenadores. separatas técnicas.
21. Riley, Pat. (1998) “ El contraataque” en: conferencia, clínica intencional de Basketball. Argentina.
22. Bussini, Mario. (1996) “Construcción del contraataque” en: Seminario “Solidaridad Olímpica”, comisión nacional de baloncesto. La Habana, Cuba.
23. Killilea, John. (1986) Construcción de la defensa “Salto y cambio”, en: clínica para entrenadores. Mundial de España, pág. 34-43.
24. Coloma, Manolo. “La Defensa”, en: Conferencia como entrenador selección. Junior. España.
25. Lindberg, F. Las bases del juego individual defensivo, en su libro: Baloncesto, Juego y enseñanza. Realizado en España. Editorial pueblo y Educación, pág. 57.
26. Lindberg, F. “Defensa de equipo” , en su libro: Baloncesto, Juego y Enseñanza. Realizado en España. Editorial Pueblo y Educación, pág 75.
27. Riley, Pat. (1998) Entrenamiento de la Defensa, en: conferencia en Clínica Internacional de basketball. Argentina.
28. Night, Bobby. (1986) Conducta defensiva, en su: Conferencia. Internacional Clinic of Bormio: FIBA-WABE.
29. Gamba, Alessandro.(1986) Entrenamiento de la Defensa, en su conferencia. Internacional clinic of Bormio. FIBA-WABE



30. De la Paz Rodríguez, Pedro Luis.(1988) “Cambio rápido de la ofensiva a la defensiva”, en su libro: Baloncesto “La Defensa”. La Habana, Cuba. Editorial Pueblo y Educación, pag. 73.
31. Lindberg, F. Defensa de equipo, en su libro: Baloncesto Juego y Enseñanza. Realizado en España. Editorial pueblo y educación, Pag. 79.
32. Versace, Dick; (1986) La conversión Ataque-Defensa, en su :conferencia en la Clínica Internacional de basketball. Bormio.
33. Obradivic. (1999) La defensa y el balance defensivo en su: conferencia en el clinic para entrenadores de baloncesto. Arucas.
34. Alemany, J.G. (2001) “Balance defensivo”. Entrenar Baloncesto. [Foro.www.igbasket.com](http://www.igbasket.com).
35. Reneses Garcia, Aito. (1993) Ejercicios para entrenar la transición defensiva en su : conferenciaen Clinic Internacional “Deporte galego”. Ponte vedra , apuntes: INEF. Galicia. España.
36. Coll, Joseph. (1998) Conversión defensa y ofensiva, en su articulo: revista técnica de baloncesto. Clinic No: 46. Madrid, España. Edita, A.E.E.B., pág. 14.
37. Calderón Gómez, Miguel. (1987) Bloqueo al rabote, en su: Conferencia durante el seminario “Solidaridad Olímpica” La Habana, Cuba.
38. Hernández Pardo, Ricardo. (1987) La preparación de los basketbolistas para la lucha por el rebote, en su: conferencia durante el seminario “Solidaridad Olímpica” . La Habana , Cuba.
39. Killilea, John. (1986) Construcción de la Defensa, en: Clínica para entrenadores. Mundial de España . España, pág.20-23.

- 40.**Brizuela Carrion, J.(2001) “Entrenamiento de la Defensa de salto y cambio”.  
Iniciación. Formación. Alto Rendimiento. Federación española de baloncesto.  
[www.feb.es.entrenadores](http://www.feb.es.entrenadores).separatas técnicas.

# Bibliografía

1. Arteaga Crespo, F. (1992) Cooperación defensiva . Publicación. Departamento de Información Científico- Técnica. Pinar del Río, Cuba. Documento Científico No.1.
2. Averbach, A. (1981) Basketball para el jugador, el aficionado y el entrenador. México. Editorial Diana.
3. Alemany, J.G.(2001) Balance defensivo. Entrenar Baloncesto Foro. [www.igbasket.com](http://www.igbasket.com).
4. Bayer, C. (1986) La enseñanza de los juegos colectivos. Barcelona. Hispano – Europea.
5. Brizuela Carrión, J. ( 2001) " Entrenamiento de la defensa 1-3-1. Iniciación. Formación .Alto rendimiento. Federación española de Baloncesto. [www.feb.es.entrenadores.separatas técnicas](http://www.feb.es.entrenadores.separatas_técnicas).
6. Basket Bilbao.(2003) El ataque dinámico. La clave. Interniew/web canastad 3.
7. Brizuela Carrión, J. (2001). Entrenamiento de la defensa de salto y cambio.
8. Baloncesto Formativo (2001) Una propuesta metodológica diferente para el baloncesto en divisiones formativas. <File:///A:/BaloncEv.html>.

9. Coloma, M. La Defensa. Entrenador selección Junior. España. Conferencia.
10. Castiñeira , A.(1990). Reglas Básicas para desarrollar sistemas. Baloncesto, metodología y enseñanza. Centro de Informática del deporte. Guantánamo, Cuba. Documento Científico.
11. Clinic para entrenadores de Baloncesto(1999). Arucas.
12. Colectivo de autores. (1984)Seminario “Solidaridad Olímpica”, Comisión Nacional de baloncesto. La Habana. Cuba.
13. Colectivo de autores. (1996) Seminario “Solidaridad Olímpica”, Comisión Nacional de baloncesto. La Habana. Cuba.
14. Colectivo de autores. (1997) Seminario “Solidaridad Olímpica”, Comisión Nacional de baloncesto. La Habana. Cuba.
15. Colectivo de autores. (2003) Seminario de superación, Comisión Nacional de baloncesto. La Habana. Cuba.
16. Colectivo de autores. (1991) Libro de Balonmano. Primera Edición. España. Editado por Comité Olímpico Español.

17. Colectivo de autores. (1998) Seminario nacional para entrenadores de baloncesto, comisión nacional de baloncesto. La Habana, Cuba.
18. Cardenas, D. (1999) El entrenamiento de la visión periférica en baloncesto. Red, tomo XIII, No. 2.
19. Cartaya, J. (1987) "Ofensiva en situaciones especiales". Conferencia. La Habana, Cuba.
20. Colectivo de autores (1986). Clínica internacional. Mundial de España.
21. Colectivo de Autores (1973) Drills and fundamentals.
22. De la Paz Rodríguez, P.L. (1985) Baloncesto: "La ofensiva". La Habana, Cuba. Editorial Pueblo y Educación.
23. De la Paz Rodríguez, P.L. (1988) Baloncesto: "La defensa". La Habana, Cuba. Editorial Pueblo y Educación.
24. De la Paz Rodríguez, P.L. (1987) Baloncesto: "Aspectos históricos, metodológicos y de organización de competencias. La Habana, Cuba. Editorial Pueblo y Educación.
25. Dzhamgarov, T.T. Psicología de la Educación física y el deporte. La Habana. Científico Técnica.

26. Entrenador-Basket. “Ataque libre en categorías formativas inferiores.” [http: // www.entrenadorbasket.com](http://www.entrenadorbasket.com).
27. Formación. Alto rendimiento. Federación Española de Baloncesto [www.Feb. es.entrenadores.separatas técnicas](http://www.Feb.es/entrenadores/separatas_tecnicas).
28. Federación Internacional de baloncesto Amateur.(1994) Reglas oficiales de baloncesto. FIBA. Editorial, Confederación Panamericana de basketball.
29. Frateello, M. (1988) Full Court Press (2-2-1). Conferencia. Madrid, España.
30. FIBA – WABE (1986) Clínica Internacional de Basketball. Bormio.
31. Forteza de la Rosa, A. (1997) Entrenar para ganar. Madrid, España. Editorial Pila Teleña.
32. Forteza de la Rosa, A. (2000) Direcciones del entrenamiento deportivo. La Habana, Cuba. Editorial Científico Técnica.
33. Graca, A. y Olivera, J. (1997) La enseñanza de los juegos deportivos. Barcelona. Editorial: Paidotribo.
34. García Manso, J.M. y Col. (1996) Planificación del entrenamiento deportivo. Madrid, España. Editorial Gymmos.

35. Grosser, M. (1990) Alto rendimiento deportivo. México. Editorial Martínez Roca.
36. González, L. (1986) Posesión y evaluación en el baloncesto. La Habana. Revista Cultura Física, 2.
37. Gamba, A. Contraataque, reglas y requisitos. Conferencia.
38. Gladman, G. (1971) Entrenamiento, Técnica y formación de conjunto. España.
39. Hernández Moreno, J. (1988) Baloncesto. Iniciación y entrenamiento. Barcelona. Editorial Paidotribo.
40. Hernández Moreno, J. (1989) "Metodología de la observación de la acción del juego en los deportes de equipo". Curso internacional. La Habana, Cuba.
41. Harre, D. (1973) Teoría del entrenamiento deportivo. Berlin. Tomado de: sportvelag.
42. Informes: Ataque.(2000-2002). La transición, un modelo de transición. Ventajas e inconvenientes de la transición. Copy right, tubaloncesto.com.
43. Kirkov, V. D. (1975) Manual de Baloncesto. La Habana, Cuba. Editorial Pueblo y Educación.

44. Loyola(2001) Marymount Fast Break. Basketball Playbook.<http://cldj.tripod.com/lmu.html>.
45. Lindberg, F. Baloncesto: Juego y enseñanza. Realizado en España. Editorial Pueblo y Educación.
46. Linares, R. (1987) Metodología de las acciones tácticas. La Habana, Cuba. Conferencia.
47. Martines Hernández, P.A. (1997). La efectividad del accionar colectivo de las combinaciones de jugadores dentro del juego de baloncesto. Tesis de maestría. La Habana.
48. Martínez Reyes, E. (1993). Análisis de la influencia de las acciones técnico-tácticas (positivas y negativas) en los resultados competitivos del equipo de Pinar del Río del sexo masculino. Trabajo de Diploma. ISCF (Pinar del Río).
49. Malveev, L. (1983) Fundamentos del entrenamiento deportivo. Moscú, Editorial Raduga.
50. Martín, M. (1981) 1-2-1-1 Press.State championship Feature. Loisiaana, Basketball. Athletic Journal.
51. Obradovic. (1999) Clinic para entrenadores de baloncesto. Arucas.
52. Ozolin, N.G (1970). Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo. Moscú. Tomado de: Editorial Educación Física y Deportes.



53. Platonov, M. (1994) El entrenamiento deportivo. Barcelona, Editorial Paidotrivo. Cuarta edición
54. Pérez, M. (1990). Filosofía, fundamentos, principios y conceptos defensivos. Palabras comunes para el desarrollo del trabajo defensivo. Baloncesto femenino. Conferencia. La Habana, Cuba.
55. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 26 (julio 1994)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.
56. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 27 (octubre 1994)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.
57. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 29 (abril 1995)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.
58. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 30 (julio 1995)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.
59. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 31 (octubre 1995)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.
60. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 32 (enero 1996)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.
61. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 33 (abril 1996)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.

62. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 34(julio 1996)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.
63. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 36 (enero 1997)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.
64. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 39 (julio 1997)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.
65. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 41 (abril 1998)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.
66. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 42 (julio 1998)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.
67. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 43 (octubre 1998)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.
68. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 44 (enero 1999)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.
69. Revista Técnica de Baloncesto, Clinic, número 45 (abril 1999)  
Editado: A.E.E.B. Madrid, España.
70. Refoyo Román, I. (2001) . Contraataque y transición. Iniciación. Formación. Alto rendimiento. Federación española de Baloncesto.  
[www.feb.es.entrenadores.separatas técnicas](http://www.feb.es.entrenadores.separatas_técnicas).

71. Riley, Pat. (1998). Clínica Internacional de Basketball. Argentina.
72. Reglas Oficiales del basketball y manual de juez. (1998-2002). Confederación Panamericana de Baloncesto.
73. Rojo, J. (s.a). Baloncesto. Editorial: Comité Olímpico Español. España.
74. Reneses García, A. (1993) Clinic Internacional "Deporte galego". Pontevedra, apuntes : INEF. Galicia. España.
75. Sloan.(1996). Ofensiva primaria y secundaria en el rompimiento. conferencia.
76. Sloan. Zona Defensiva (3-2). Defendiendo las cuatros esquina (3-1-1). Conferencia.
77. Schweizer, E. (2002) Ataque libre en categorías formativas inferiores. Entrenador.-Basquet.  
<http://www.entrenadorbasquet.com.ar/>
78. Vincenzo, M. "Entusiasmo, concentración y tendencia reactiva de la práctica del Baloncesto". Conferencia.
79. Vázquez Espino, G. (1984) Baloncesto: Táctica Ofensiva, "Continuidad". ISCF. La Habana, Cuba. Conferencia

80. Verjoshanski, J. (1990) Entrenamiento deportivo, planificación y desarrollo. España, editorial Martínez Roca.
81. World Association of Basketball Coaches. (1989) Especialización. Coni-olympic Committee. Italian.
82. World Association of Basketball Coaches. (1988) International Clinic. Coni-olympic preparation. Bologna.
83. World Association of Basketball Coaches. (1984) International Clinic. Perugia.
84. World Association of Basketball Coaches. (1982) International Clinic.
85. Weineck, Jurgen. Entrenamiento optimo: Cómo lograr el máximo rendimiento. Colección Herakles. Barcelona, España. Editorial Hispano Europea.

## **Anexo 1**

### **Entrevista aplicada a los entrenadores principales de la categoría 15 y 16 años masculino y femenino.**

#### **Cuestionario.**

1. ¿ Cuantos años de experiencia tiene usted como entrenador de baloncesto?
2. Teniendo en cuenta la experiencia que usted posee. ¿ Que importancia le atribuye a la transición defensiva dentro del juego de baloncesto?
3. ¿ Como trabaja usted la transición defensiva en edades formativas o escolares?
4. ¿ Cree usted que la forma que utiliza para el trabajo de la transición defensiva para estas edades responde a la dinámica actual del juego de baloncesto?
5. ¿ Cuales son los momentos del juego en que se pone de manifiesto la transición defensiva?
  - a) Explique a su consideración cual de estos momentos hace mas difícil el accionar de los jugadores.
- 6 ¿ Que opinión tiene usted a cerca del tratamiento que se le da a esta fase del juego dentro de la bibliografía especializada en el baloncesto.

## Anexo 2

**Protocolo de observación para diagnosticar el comportamiento de los jugadores ( 15 y 16 años masculino) de cada equipo participante durante los juegos escolares nacionales del año 2000**

Formas utilizadas	Balones que No cruzaron Línea central		Balones que cruzaron la línea				Sucesos independientes	
			Controlados por la defensa		Final con tiro continuo			
Periodos de juego	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do	1ro	2do
Cuando Todos los jugadores se volteaban a marcar personal								
Cuando los jugadores utilizaban balance defensivo								
Cuando los jugadores utilizaban movimientos sin definición clara								

### Anexo No.3

**Protocolo de observación utilizado para el control del accionar táctico durante la fase de transición defensiva después de tiro de campo fallado.**

Forma Táctica Utilizada	Intentos que no cruzaron la línea central						Intentos que lograron cruzar la línea central								
	Violac.	Interc.	Mal Pase	Falta Of.	Falta Def.	Pérd. Ocas.	Tiempo Utilizado	Violac.	Interc.	Mal Pase	Falta Of.	Falta Def.	Tiros Contr.	Tiros Contin.	Pérd. Ocas.

#### **Leyenda:**

-Violac. (Violación)

-Interc. (Intercepción)

-Falta Of. (Falta Ofensiva)

-Falta Def. (Falta Defensiva)

-Pérd. Ocas. (Pérdida Ocasional)

-Tiros Contr. (Tiros Controlados)

- Tiros Contin. (Tiros Continuos)